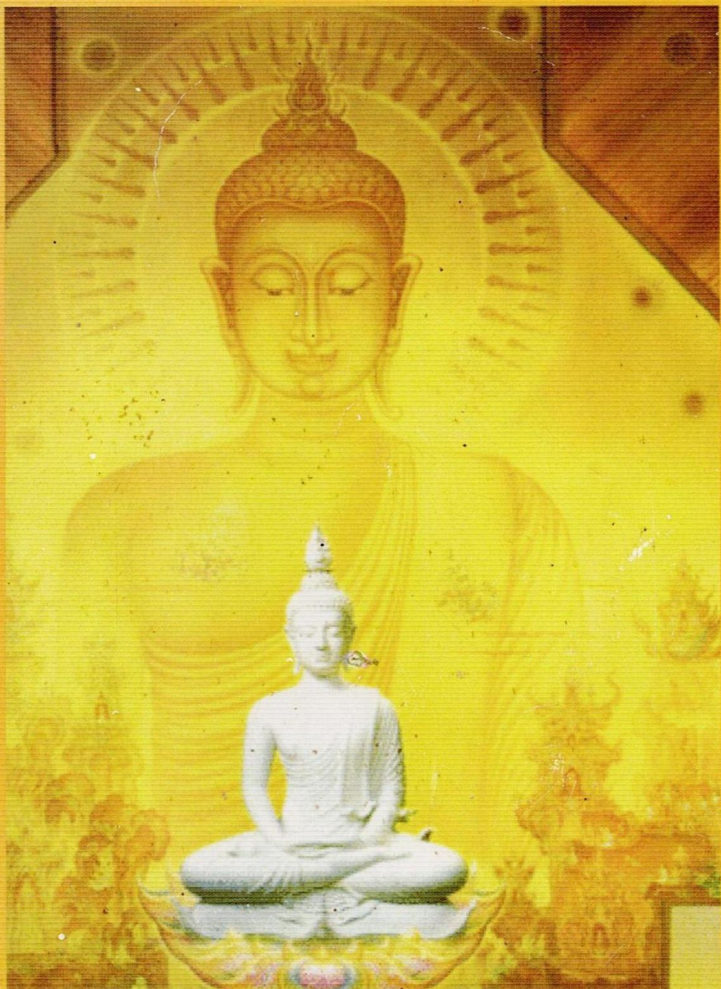
ที่ระลึก
งานพระราชทานเพลิงศพเป็นกรณีพิเศษ
นางสนิท สุคันธชาติ



ณ เมรุวัดบางแขยง ต.บางยี่โท อ.บางไทร จ.พระนครศรีอยุธยา

ณ. วันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๒



ที่ระลึก

งานพระราชทานเพลิงศพเป็นกรณีพิเศษ

คุณแม่ สนิท สุคันธชาติ

(แบบ ค.)

หมายรับสั่งที่ ๕๕๕๖

สำนักพระราชวัง

๑๑ มีนาคม ๒๕๕๒

พระราชทานเพลิงศพ นางสนิท สุคันธชาติ เป็นกรณีพิเศษ ณ เมรุวัดบางแขยง อำเภอบางไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

<u>วันพฤหัสบดีที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๒</u> เวลา ๑๖.๐๐ น. พระราชทานเพลิง

ทองห่อ/พิมพ์/ /ทาน.

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ นางสนิท สุคันธชาติ เพื่อทราบ ติดต่อขอรับหีบเพลิงพระราชทานที่กองพระราชพิธี สำนักพระราชวัง ไปปฏิบัติเจ้าภาพไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายอย่างใดทั้งสิ้น.

ทั้งนี้ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ขาดเหลือ ถ้าสงสัยก็ให้ถามผู้รับรับสั่งโดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง

สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมพระราชทานเพลิงศพ คุณแม่สนิท สุคันธชาติ เป็นกรณีพิเศษ ซึ่งนับเป็นพระมหากรุณาธิคุณ ล้นเกล้าล้นกระหม่อม เป็นเกียรติอันสูงสุดแก่ผู้วายชนม์ และวงศ์ตระกูล อย่างหาที่สุดมิได้

หากความทราบ โดยญาณวิถีดวงวิญญาณ ของคุณแม่ สนิท สุคันธชาติ ได้ด้วยประการใดในสัมปรายภพ คงจะมีความปลาบปลื้ม ซาบซึ้งเป็นล้นพ้น ในพระมหากรุณาธิคุณที่ได้รับพระราชทานเกียรติยศอันสูงยิ่ง ในวาระสุดท้ายแห่งชีวิต

ข้าพระพุทธเจ้าผู้เป็นบุตรแลหลานๆ ขอพระราชทานพระบรมราชวโรกาส กราบถวายบังคมเบื้องพระยุคลบาท ด้วยความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ อย่างหาที่สุดมิได้ และจะเทิดทูนไว้เหนือเกล้าเหนือกระหม่อมเป็นสรรพศิริมงคลแก่ข้าพระพุทธเจ้าและวงศ์ตระกูลสืบต่อไป

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ
ข้าพระพุทธเจ้า
บุตรและหลาน ของคุณแม่ สนิท สุคันธชาติ

กำหนดการบำเพ็ญกุศล

วัน พุธ ที่ ๒๙ เมษายน ๒๕๕๒

๐๗.๐๐ น. ถวายภัตตาหารเช้าแด่พระสงฆ์

๐๘.๐๐ น. นำศพขึ้นสู่ศาลา

๑๑.๐๐ น. ถวายภัตตาหารเพลแด่พระสงฆ์

๑๔.๐๐ น. สวดพระธรรมนิยาม ๑๐ รูป

๑๙.๐๐ น. สวดอภิธรรม

๒๐.๐๐ น. มโหรสพ ตามประเพณี

วันพฤหัสบดี ที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๒

๐๗.๐๐ น. ถวายภัตตาหารเช้าแด่พระสงฆ์

๑๐.๐๐ น. พระสงฆ์แสดงพระธรรมเทศนา ๑ กัณฑ์

๑๑.๐๐ น. ถวายภัตตาหารเพลแด่พระสงฆ์

๑๓.๐๐ น. พระสงฆ์แสดงพระธรรมเทศนา ๓ กัณฑ์

๑๔.๐๐ น. สวดมาติกาบังสกุล พระสงฆ์ จำนวน ๑๐๐ รูป

๑๖.๐๐ น พระราชทานเพลิงศพ

จึงกราบเรียนและเรียนเชิญมาด้วยความเคารพ

นางสาว เรวดี สุคันธชาติ

นางสาว เพ็ญศรี สุคันธชาติ

จ่าสิบเอก ธรรมรงค์-นางบัวทอง สุคันธชาติ

พันเอก ธงชัย-นางเรณู คล้ายสุบรรณ์

นาย ทองหย่ง-นางราณี สุขเกษม

นาย ปรีดา-นางเฉลียว สุคันธชาติ

พันเอก เกียรติศักดิ์-นางธมนวรรณ สุคันธชาติ

นาย สนอง-นางพิศมัย ฉายศิริ

พร้อมบุตร-ธิดา และหลาน เจ้าภาพ

เจ้าภาพสวดพระอภิธรรม

ระหว่างวันที่ ๒๑-๒๕ มกราคม ๒๕๕๒

วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๒

ครอบครัวคุณแม่สนิท สุคันธชาติ

พร้อมบุตร-ธิดา และหลาน ๆ

คุณ บุญเกียรติ บุญเลิศวณิชย์

ศอว.ศอ.พท. พลโท ชูศักดิ์ สันติวรวุฒิ

กยม.ศอว.ศอพท. พันเอก เกียรติศักดิ์

นมส.ทบ.17/2 รวมเหล่า

คุณ จาง วูปิง บ.ทรูแอนด์กู๊ดเจมส์

วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๒

คุณพ่อแสวง-คุณแม่สงัด มงคลวัย

จปร. รุ่น 37

คุณ เกษม-คุณวันเพ็ญ ไตรพิจารณ์

คุณ สำเริง สุขสุนิตย์ ลพบุรี

วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๕๒

รร.จิระศาสตร์วิทยา

อาสาสมัครสาธารณสุข

คุณ ทองอยู่ พานทอง

คุณ สมบูรณ์ สุขสุพิน

คุณ บุญเกียรติ บุญเลิศวณิชย์

วันที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๕๒

ครอบครัว คล้ายสุบรรณ์

พันเอก สุชาติ คล้ายสุบรรณ์

ครอบครัว สุระมานนท์

พันเอก อภิศักดิ์ สุระมานนท์

พันเอก ฉัตรชัย วรรณทิพย์

คุณ จำรูญ ร้านตัดเสื้อแสงสว่าง

วันที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๕๒

หจก.มายด์ ยูนิตี้ ซัมมิทควีน ลพบุรี

คณะเจ้าวัด รางจระเข้

คุณอาใคร อาสง่า และครอบครัว

คุณอาละออง สุคันธชาติ และครอบครัว

วันที่ ๒๖ มกราคม ๒๕๕๒

เก็บศพเป็นเวลา 100 วัน



คุณแม่ สนิท สุคันธชาติ

ประวัติโดยย่อ
คุณแม่ สนิท สุคันธชาติ

คุณแม่สนิท สุคันธชาติ เกิดเมื่อปีพุทธศักราช 2469 (วันจันทร์) ที่บ้าน หัวโคกตำบล บางยี่โท อ.บางไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา บิดา นายตั้ว สุระมานนท์ อดีตกำนัน ต.บางยี่โท มารดา นางชิด สุระมานนท์ มีพี่น้องร่วมบิดา มารดาจำนวน 4 คน ดังนี้

1.คุณแม่ สนิท สุคันธชาติ (ผู้วายชนม์)

2.พันเอก อภิศักดิ์ สุระมานนท์ (ผู้วายชนม์)

3.นาย สมใจ สุระมานนท์

4.นาย บุญมี สุระมานนท์ (ถึงแก่กรรม)



การศึกษา

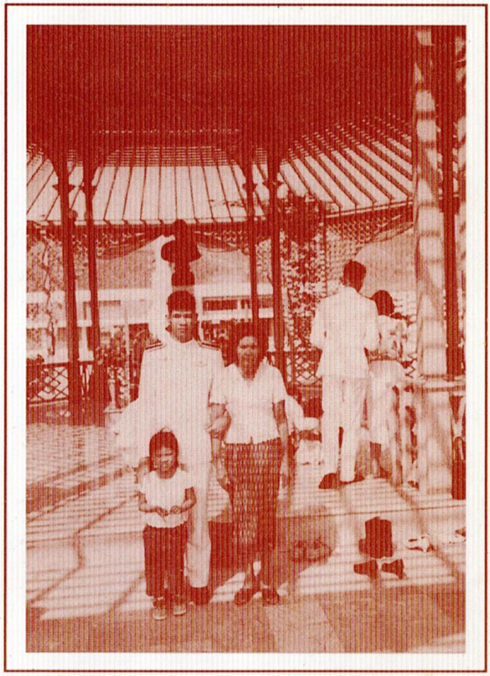
คุณแม่สนิท สุคันธชาติ
ได้เข้ารับการศึกษาจนจบชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 4 ที่โรงเรียนวัดบางแขยง

การงาน

อดีตเคยรับราชการครู รร. วัดหน้าต่าง

ชีวิตสมรส

คุณแม่สนิท สุคันธชาติ ได้สมรสกับ
คุณพ่อ ม้วน สุคันธชาติ
มีบุตร-ธิดา รวม 8 คน ได้แก่

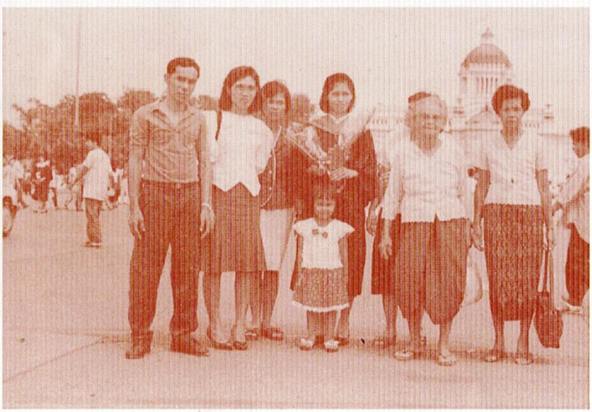


1. คุณ เรวดี สุคันธชาติ ทำงานโรงงาน แม่ใหญ่ จ.ปทุมธานี
2. คุณ เพ็ญศรี สุคันธชาติ อาสาสมัคร สาธารณะสุขหมู่บ้าน



3. จ่าสิบเอก ธรรมรงค์ สุคันธชาติ ข้าราชการบำนาญ
4. อาจารย์ เรณู คล้ายสุบรรณ์ อาจารย์ รร. จีระศาสตร์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
5. คุณ ราณี สุคันธชาติ พนักงานบริษัท บางนาโลจิสติค
6. คุณ ปรีดา สุคันธชาติ พนักงานบริษัท ไดโต้เคมีคัล จำกัด
7. พันเอก เกียรติศักดิ์ สุคันธชาติ หัวหน้ากองบริการ ศูนย์อำนวยการสร้างอาวุธ
8. คุณ พิศมัย ฉายศิริ อาชีพแม่บ้าน





คุณแม่สนิท เป็นคนทำบุญสุนทานเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เพื่อนบ้าน เป็นคนพูดจาไพเราะใจเย็นและช่วยเหลือทางวัดเป็นประจำ ชอบฟังเทศน์ ถือศีล และเฝ้าอบรมบุตร-ธิดา ให้เป็นคนดี มีความขยันหมั่นเพียร ในหน้าที่การงาน ซื่อสัตย์ สุจริต

ขอส่งแม่สู่สวรรค์ ณ.ชั้นฟ้า

ความพลัดพรากธรรมดาย่อมเป็นทุกข์
ใจมีสุข อาลัย ไม่รู้สิ้น
จักครวญคร่ำ หนักหนา น้ำตาริน
จักเรียกคืน ชีวิน ไม่มีทาง

แม่อย่าได้ อาลัย ในภพนี้
จงไปดี อย่าได้ อาลัยร่าง
ความกังวล พ้นห่วง บ่วงละวาง
ที่หมองหมาง อโหสิกรรม จึงนำพ้น

กฎแห่งกรรม ธรรมะ สัจจะยิ่ง
สรรพสิ่ง ชีวิต ลิขิตผล
บุญกุศล สร้างไว้ ให้ดาลดล
สู่เบื้องบน ชั้นฟ้า สุขาวดี

ลูกทั้งหลาย ขอส่ง กุศลสร้าง
หนุนนำทาง ส่งสู่ พิมานศรี
เสวยสรรค์ ชั้นฟ้า รัชนี
แจ่มจำรัส สดสี เทพวิมาน

ละสังขาร อันเสื่อม เพราะภพชาติ
ณ พระเมรุมาศ สงบสถาน
เมื่อมีเกิด ย่อมมีดับ ไปตามกาล
ไม่มีใคร อยู่นาน จนค้ำฟ้า

ไม่เคยมี ใครอยู่ จนค้ำโลก
เกิดมาแล้ว ถือมีโชค วาสนา
ได้หมั่นทำ บุญกุศล สั่งสมมา
แม้ชาติหน้า เกิดใหม่ ย่อมได้บุญ

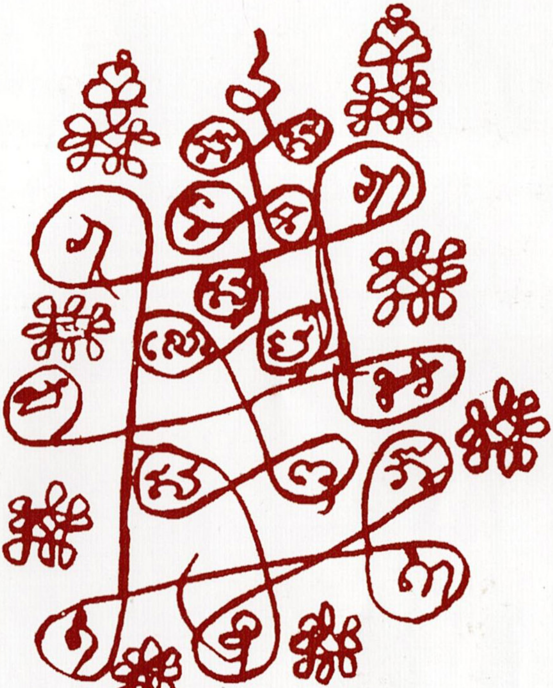
แม่ผู้ให้กำเนิด

แม่คือผู้ให้กำเนิดประเสริฐยิ่ง แม่เป็นมิ่ง ขวัญชนบนแหล่งหล้า
แม่ถนอมกล่อมเกลี้ยงเลี้ยงลูกมา แม่สูงค่าเกินสวรรค์คำบรรยาย
แม่เฝ้ารักเฝ้าห่วงดั่งดวงเนตร มิอยากให้เกิดเหตุเรื่องเสียหาย
เกรงลูกจักหม่นหมองต้องอับอาย ทั้งมุ่งหมายส่งเสริมเพิ่มอาทร
แม่จึงเป็นสตรีที่สนิท ผู้ใกล้ชิดพิศดูชูคำสอน
แม่ของลูกคุณยิ่งใหญ่สุดสาคร ขออวยพรแม่รื่นรมย์สมสุขเทอญ

นิยามคำว่าแม่

สตรีใด ไหนเล่า เท่าเธอนี้
เป็นผู้ที่ ลูกทุกคน บ่นรู้จัก
เป็นผู้ที่ มีพระคุณ การุณนัก
เป็นผู้ที่ สร้างความรัก สอนความดี
เป็นผู้ที่ คอยอบรม บ่มนิสัย
คอยห่วงใย เราทุกคน จนวันนี้
เปรียบแสงทอง สว่างล้ำ นำชีวี
เธอคนนี้ คือ “แม่” ของเราเอง

มหายันต์แห่งยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก



ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

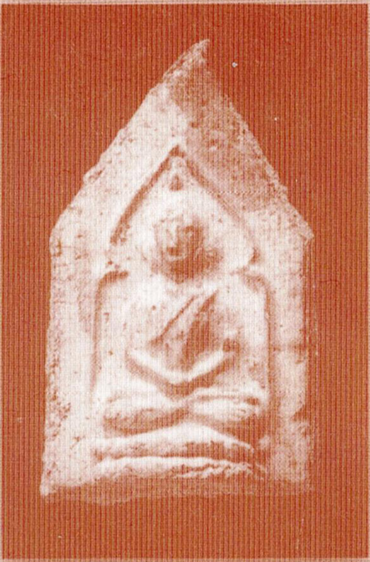
พระพุทธเจ้า ๒๘ พระองค์

พระคาถาชินบัญชร

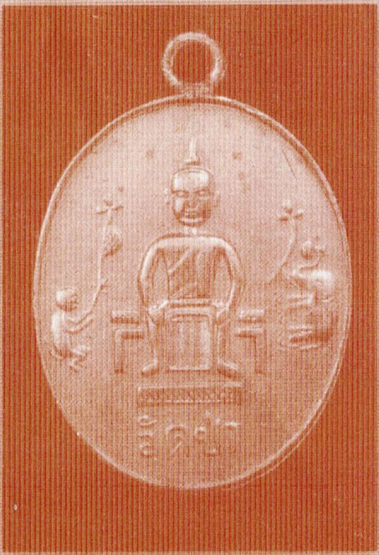
สมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต พฺรหฺมรํสี)



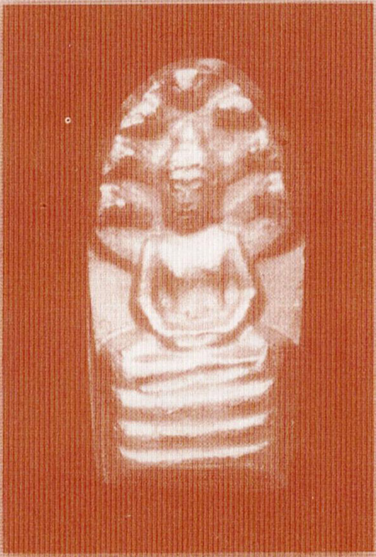
เหรียญหล่อหลวงพ่อสัมฤทธิ์
วัดนาโคก สมุทรสาคร



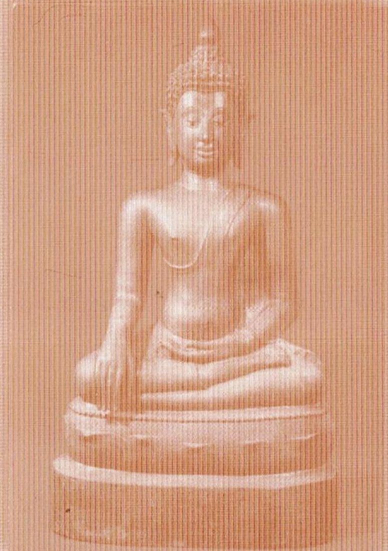
หลวงปู่ภู พิมพ์หัวเหลี่ยม - สมาธิ
วัดอินทร์ กรุงเทพฯ



เหรียญปาง ป่าเรไรย์
ปี 2462



พระปรกทองคำ
วัดท้ายตลาด กรุงเทพฯ



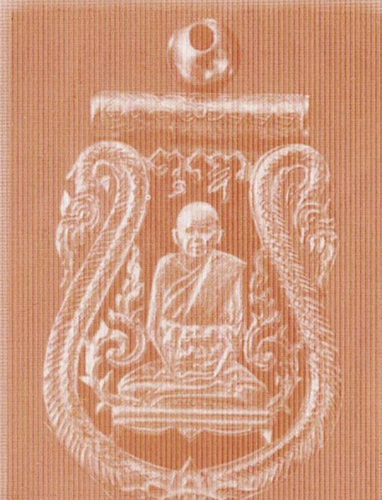
พระบูชาเชียงแสน
สิงห์สาม



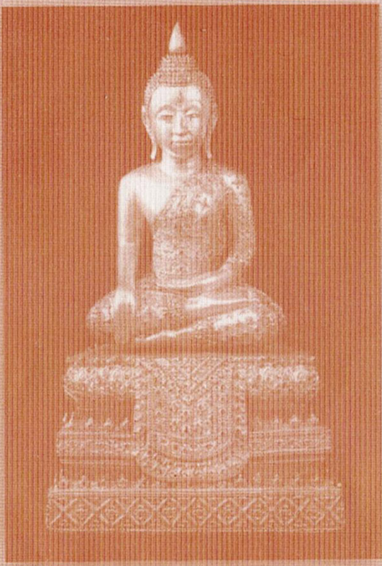
พระรวงยืน สนิมแดง
วัดกลาง นครปฐม



พระปรกใบมะขาม
วัดอนงค์ กรุงเทพฯ



เหรียญฉลุ หลวงปู่เอี่ยม
วัดหนัง ปี 2467 กรุงเทพฯ



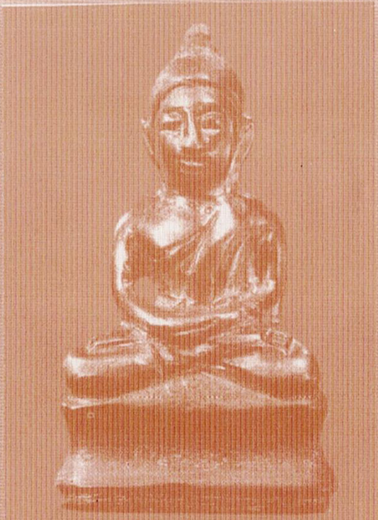
พระบูชารัตนโกสินทร์
ไม้แกะ



พระคง เนื้อเขียว
ลำพูน



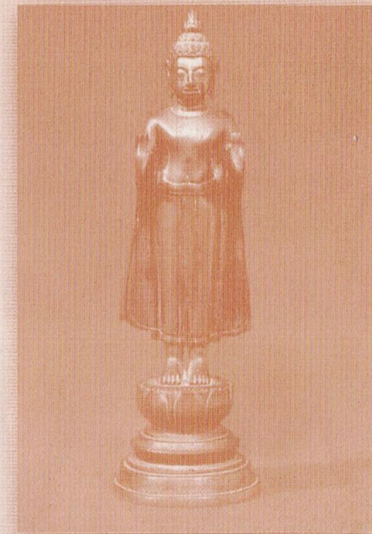
เหรียญหลวงพ่อคง
วัดบางกระพร้อม รุ่นที่ 1 สมุทรสงคราม



พระชัยวัฒนสิงหเสนี เนื้อดำ
วัดสามปลื้ม กรุงเทพฯ



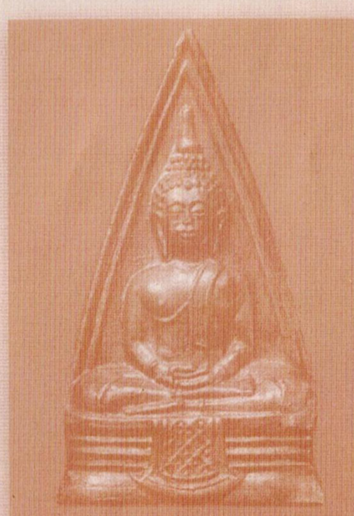
พระบรมรูป พระนเรศวรมหาราช
รุ่นแรก 2507 พิศณุโลก



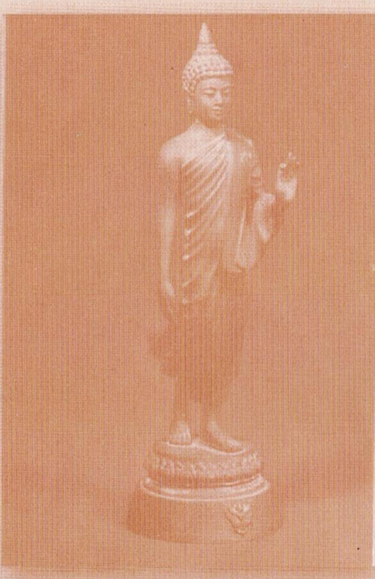
พระบูชารัชกาล ปางดีดน้ำมนต์



พระบรมรูป พระเจ้าตากสินมหาราช
นวโลหะ วัดสุทัศนฯ กรุงเทพฯ



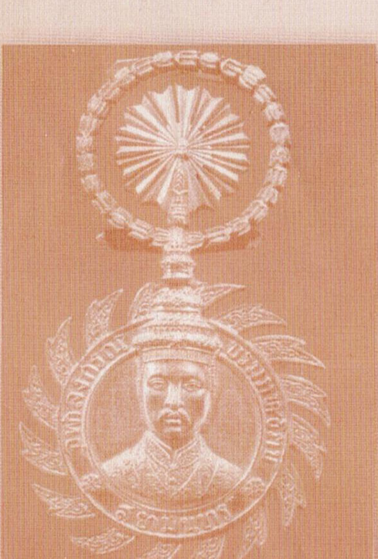
หลวงพ่อโสธร พิมพ์ S7-S7
(วงแหวน) ฉะเทริงเทรา



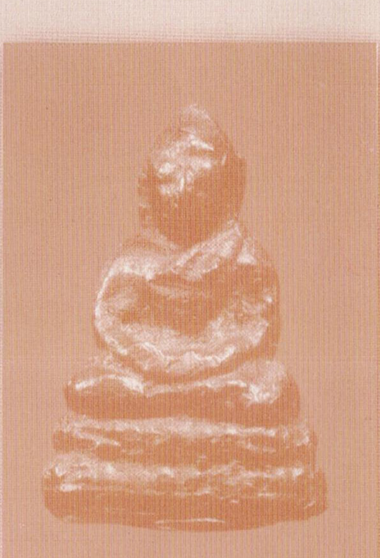
พระบูชา 25 พุทธศตวรรต
2500 กรุงเทพฯ



พระกริ่งใหญ่ ประเทศจีน



เหรียญจักรพรรค์มาลา รัชกาลที่ 5



พระชัยวัฒน์หัวไม้ขีด
วัดสุทัศน์ฯ กรุงเทพ



พระผงของขวัญ หลวงพ่อสด
รุ่น 1 - มีเคลือบ วัดปากน้ำ กรุงเทพฯ



พระเนื้อเมฆสิทธิ์ พิมพ์ประภามณฑล
วัดอนงค์ กรุงเทพฯ



พระชัยวัฒน์ ไพรีพินาศ
กรุงเทพฯ



หลวงพ่อทา
วัดพะเนียงแตก นครปฐม



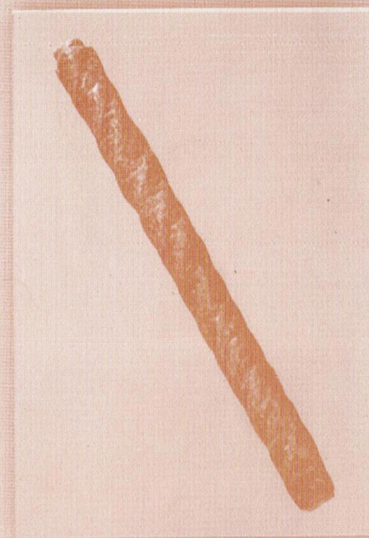
หลวงปู่ทวด พิมพ์กลีบบัว เนื้อนวะ
วัดช้างให้ ปัตตานี



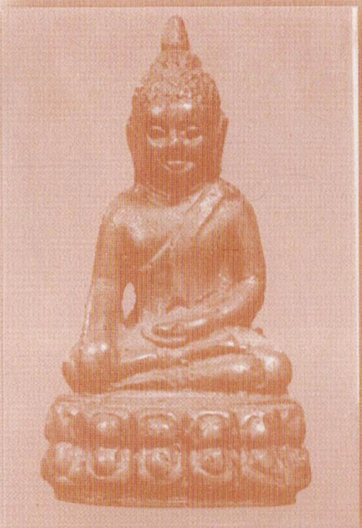
เหรียญพระพุทธชินราช
พิมพ์หนังสือ 3 แถว พิษณุโลก



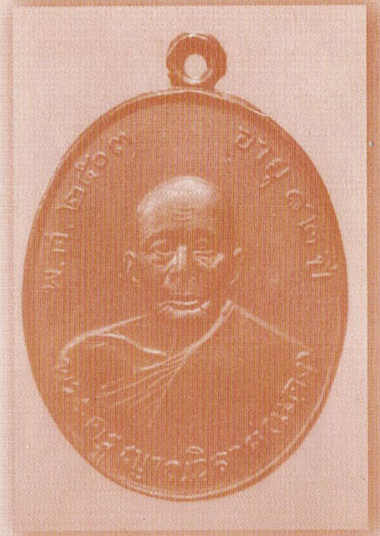
พระปรกมะขามเฒ่า 2461
วัดอนงค์



ตะกรุดหลวงปู่เอี่ยม
วัดสะพานสูง นนทบุรี



พระกริ่ง 7 รอบ
วัดบวร กรุงเทพฯ



เหรียญรุ่น แรก หลวงพ่อแดง
วัดเขาบันไดอิฐ เพชรบูรณ์



หลวงพ่อโหน่ง พิมพ์ซุ้มกอ
วัดคลองมะดัน สุพรรณบุรี



พระปิดตาเนื้อเมฆสิทธิ์
วัดอนงค์ กรุงเทพฯ



ซุ้มกอพิมพ์ใหญ่
กำแพงเพชร



นางเสน่ห์จันทร์
สุโขทัย



ซุ้มกอพิมพ์ใหญ่
กำแพงเพชร



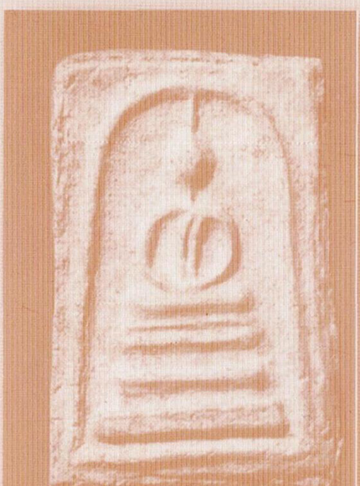
กำแพงขาวเนื้อสนิมแดง
กรุกำแพงเพชร



บ้านกร่าง พิมพ์พระประธาน



ลีลา ถ้ำหีบ
สุโขทัย



สมเด็จบางขุนพรหม พิมพ์สังฆาฏิ



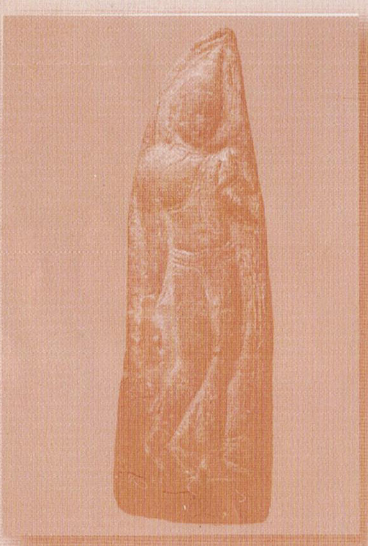
พระลีลาซุ้มเรือนแก้ว
กำแพงเพชร



สมเด็จวัดระฆัง พิมพ์ใหญ่



พระร่วงนั่ง กรุม่วงค่อม



พระลีลากล้วยตาก
สุโขทัย



มเหศวร กรุวัดมหาธาตุ
สุพรรณบุรี



บ้านกร่าง พิมพ์สมาธิบัวฟันปลา



ซุ้มกอ พิมพ์ใหญ่
กำแพงเพชร



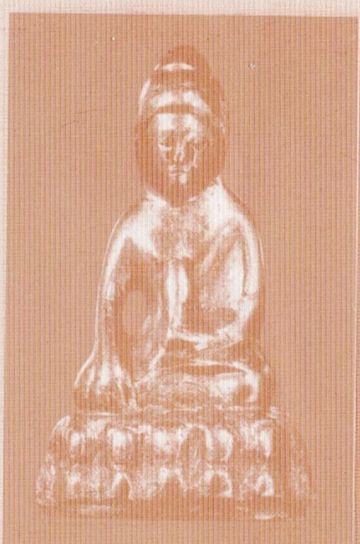
พระร่วงหลังรางปืน



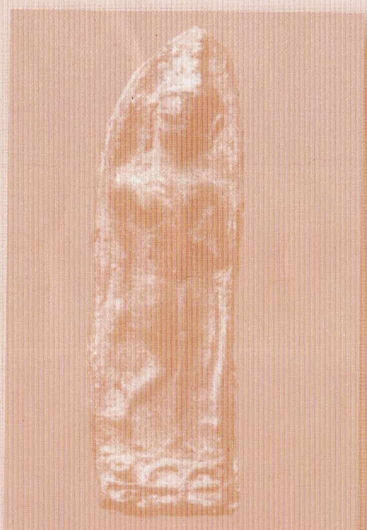
พระกริ่ง ปี 83 วัดสุทัศน์



พระกริ่งจีน



พระกริ่งเขมรน้อย วัดสุทัศน์



พระกำแพงลีลา กลีบจำปา
จ.กำแพงเพชร



พระกริ่ง ปี 79 วัดสุทัศน์



องค์พ่อจตุคามรามเทพ รุ่นแรก ปี 2530
พิมพ์ใหญ่ เนื้อขาว



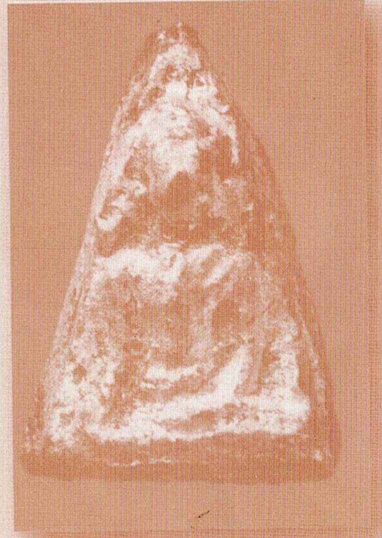
องค์พ่อจตุคามรามเทพ รุ่นแรก ปี 2530
พิมพ์เล็ก เนื้อขาวปิดทอง



องค์พ่อจตุคามรามเทพ รุ่นแรก ปี 2530
พิมพ์เล็ก เนื้อขาวปิดทอง



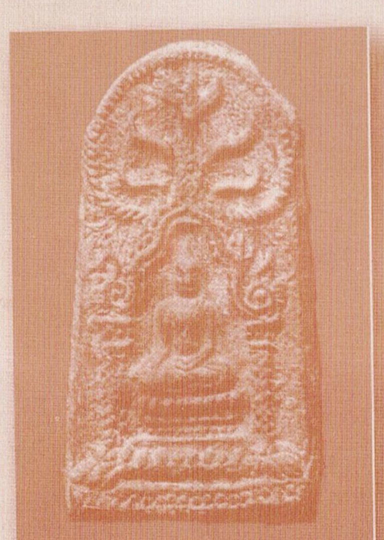
องค์พ่อจตุคามรามเทพ รุ่นแรก ปี 2530
พิมพ์เล็ก เนื้อไม้ปัดนาค



นางวัดโพธิ์
กรุงเทพฯ



ซุ้มกอ พิมพ์ใหญ่
กำแพงเพชร



ร่มโพธิ์
เพชรบูรณ์



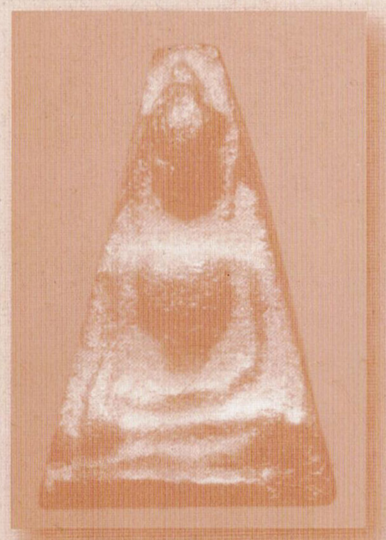
พระรอดกรุมหาวัน
ลำพูน



องค์พ่อจตุคามรามเทพ รุ่นแรก ปี 2530
พิมพ์เล็ก เนื้อขาวปิดทอง



องค์พ่อจตุคามรามเทพ รุ่นแรก ปี 2530
พิมพ์ใหญ่ เนื้อขาวปิดทอง



ผงสุพรรณ พิมพ์กลาง



ซุ้มกอ ขนมเปียะ

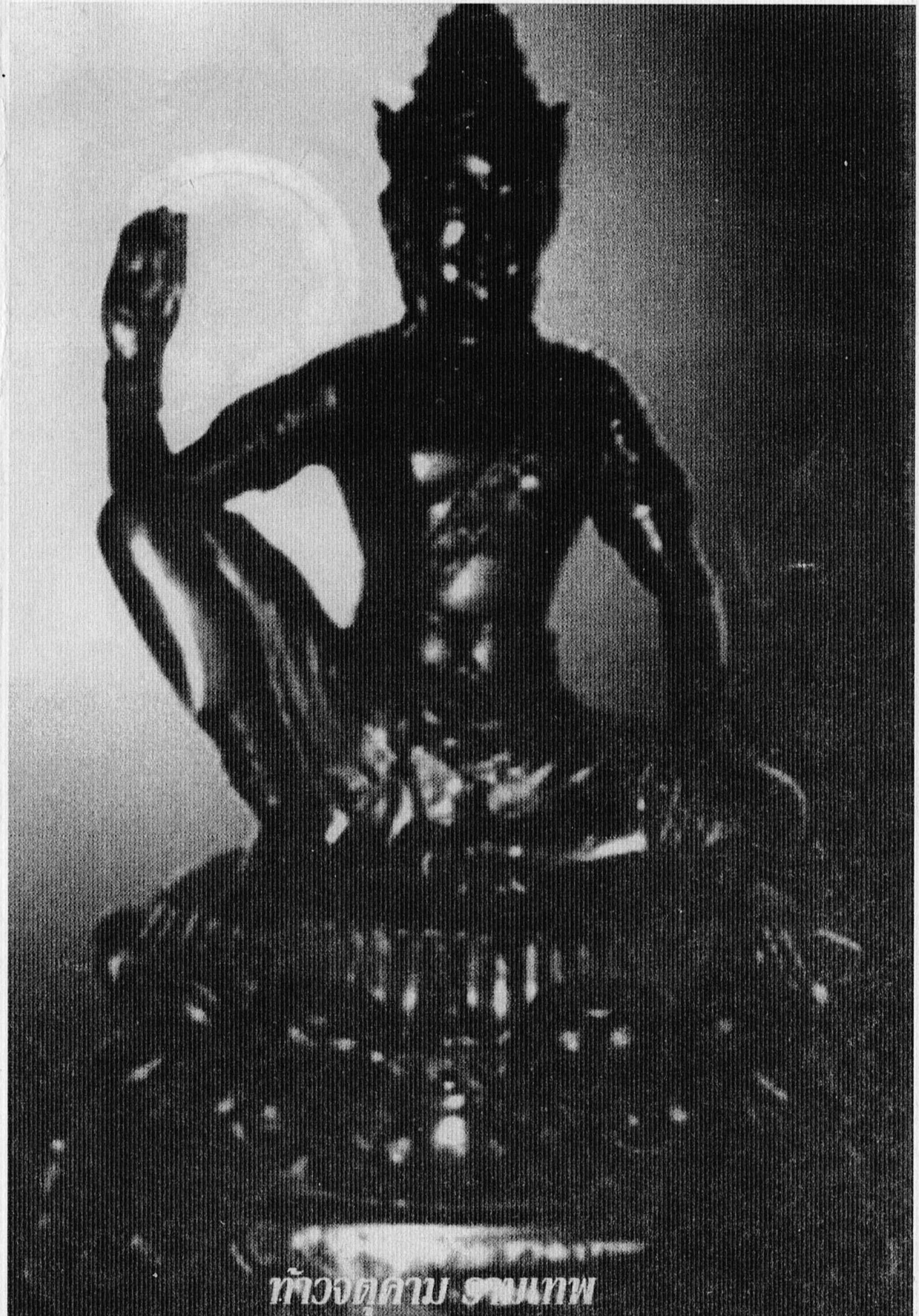
ภาพพระเครื่อง - พระบูชา

เอื้อเฟื้อโดย

คุณ สมนึก จาดเสม

คุณ ศุภชัย เรืองสรรงามศิริ (ตี๋เหล้า)

< สนามพระเครื่องท่าพระจันทร์ >


ท้าวจตุคาม รามเทพ

คำนำ

บทสวดมนต์และมหายันต์ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกต้นฉบับเดิมนี้ ได้จัดพิมพ์ขึ้นเป็นธรรมบรรณาการ เผยแพร่พระพุทธมนต์อันศักดิ์สิทธิ์ สรรเสริญพระพุทธคุณและสาธยายหัวใจพระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก พระอภิธรรมปิฎก (๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์) ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หัวใจพระเจ้า ๕๐๐ ชาติ พระเจ้า ๑๐ ชาติ หัวใจอิติปิโส ตลอดจนหัวใจอื่น ๆ เป็นจำนวนมาก ล้วนเป็นการสร้างเสริมวาสนาบารมี บุญกุศล มหากุศล เพื่อสาธุชนชาวพุทธผู้ใฝ่ธรรมทั้งหลายได้เจริญภาวนามอบกายถวายชีวิตไว้กับองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า อัญเชิญพระบารมีของพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้ามาสิงสถิตในเบญจขันธ์เป็นเกราะเพชรคุ้มกันรักษาชีวิตให้ปราศจากเวรภัย เป็นการเจริญพุทธานุสติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เจริญสมถภาวนา อันเป็นบ่อเกิดแห่งรูปฌาน อรูปฌาน อภิญญา และเกิดไตรลักษณญาณอันเป็นทางนิพพานหลุดพ้นกิเลสทั้งปวงฯ โบราณจารย์เจ้าถือว่า เป็นรากแก้วของพระพุทธศาสนา ซึ่งควรสร้างเป็นบุญกุศล มหากุศล และรักษาไว้ให้ลูกหลานสืบไป

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกเล่มนี้ได้ตรวจอักขระถูกต้องตามพระบาลี ประมวลธรรม ประมวลศัพท์ ได้มาตรฐาน ผู้เจริญภาวนาต่างก็ได้รับผล ขณะนี้จึงเป็นที่นิยมแพร่หลายมากที่สุด หากให้เป็นของที่ระลึกจะเป็นที่พอใจแก่ผู้ได้รับอย่างยิ่ง

พระราชนิพนธ์

พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๖

"พุทธศาสนาเป็นของไทย เรามาชวนกันนับถือพระพุทธศาสนา เถิด............................... ผู้ที่แปลงศาสนา คนดูถูกยิ่งกว่าผู้ที่แปลงชาติ"

"อันผู้ใดใฝ่ธรรมเป็นเนืองนิจ
และรู้จักข่มจิตไม่ย่อหย่อน
ปฏิบัติพร้อมพรั่งดั่งครูสอน
คงไม่ต้องอนาทรและร้อนใจ

ปราชญ์สรรเสริญว่าธรรมนั้นล้ำเลิศ
สุดประเสริฐกว่าทรัพย์ทั้งน้อยใหญ่
ธรรมคุ้มผู้ประพฤติธรรมไซร้
คงต้องได้ผลงามตามตำรา"

พระราชนิพนธ์พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๖ ที่ได้อัญเชิญมานี้ เพื่อแสดงถึงความสำคัญของธรรมะซึ่งมีคุณค่ายิ่งกว่าทรัพย์ทั้งมวล ถ้าผู้ใดนำไปปฏิบัติ และได้ประพฤติตามคำสอนของครูด้วยก็ย่อมจะประสบแต่ความสุขความเจริญโดยส่วนเดียว

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ต้นฉบับเดิม

เปิดกรุได้ที่เมืองสวรรคโลก มีคำกล่าวในหนังสือนำว่า ผู้ใดมีไว้ประจำบ้านเรือนมีอานิสงส์ยิ่งกว่าได้สร้างพระเจดีย์ทองคำสูงเทียมเทวโลกและป้องกันภยันตรายต่าง ๆ ทำมาหากินเจริญ ฯ

ผู้ใดสร้างยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้เป็นธรรมทาน และไว้สวดมนต์สักการะบูชาผลานิสงส์สุดที่จะพรรณนาให้ทั่วถึงได้ เป็นมหากุศลอันยิ่งใหญ่ จะมีความสุขสิริสวัสดิ์เจริญต่อไปทั้งปัจจุบันกาลและอนาคตภายภาคหน้าตลอดบุตรหลานสืบไปด้วยอำนาจของความเคารพในพระคาถานี้

ประวัติกล่าวไว้ต้นฉบับเดิมว่า

หนังสือยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้ มีคำกล่าวไว้ในหนังสือนำว่าเป็นพุทธมนต์อันศักดิ์สิทธิ์ ถ้าผู้ใดได้สวดมนต์ภาวนาทุกเช้าค่ำแล้ว เป็นการบูชารำลึกถึงพระพุทธเจ้า ผู้นั้นจะไม่ไปตกอบายภูมิ แม้ได้บูชาไว้กับบ้านเรือน ก็ป้องกันอันตรายต่าง ๆ จะภาวนาพระคาถาอื่น ๆ สัก ๑๐๐ ปี อานิสงส์ก็ไม่สูงเท่าภาวนาพระคาถานี้ครั้งหนึ่ง ถึงแม้ว่า อินทร์ พรหม ยมยักษ์ ที่มีอิทธิฤทธิ์ จะเนรมิตแผ่นอิฐเป็นทองคำก่อเป็นพระเจดีย์ ตั้งแต่มนุษย์โลกสูงขึ้นไปจนถึงพรหมโลก อานิสงส์ก็ยังไม่เท่าภาวนายอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้ และมีคำอธิบายคุณความดีไว้ในต้นฉบับเดิมนั้นอีกนานัปการฯ

หนังสือเล่มน้อยนี้ แม้จะมีราคาไม่มาก แต่มีคุณค่ามหาศาล เพราะบรรจุธรรมอันล้ำค่าของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้เป็นบรมครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ขอให้ผู้ที่เป็นเจ้าของได้โปรดอ่านด้วยความพินิจพิจารณา แล้วน้อมนำไปปฏิบัติตามกำลังสติปัญญา เพื่อได้รับผล คือ **ใจสะอาด ใจสว่าง ใจสงบ** ตามควรแก่ฐานะ

ขอกุศลผลบุญอันเกิดจากธรรมทานที่ท่านจัดพิมพ์หนังสือนี้ จงดลบันดาลให้ท่านเจริญในธรรมยิ่ง ๆ ขึ้นไป และขอความสุขสวัสดีจงมีแด่ผู้ปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรมทุกท่านเทอญ.

เมื่อท่านเจริญภาวนายอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้แล้ว หากท่านได้เจริญวิปัสสนาสมาธิต่อ โดยหายใจเข้าพุท-ออกโธ ให้มีจิตอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ประมาณ ๑๐-๒๐ นาที ทำให้เกิดความคิดและความจำดี คลายเครียดวิตกกังวลได้ ถ้าท่านได้ปฏิบัติทุกวัน จะประสบความสุขความเจริญรุ่งเรือง ท่านว่าได้อานิสงส์ผลบุญมาก เด็กนักเรียนนิสิตนักศึกษาจะได้รับผลการเรียนดีมีประสิทธิ์ภาพยิ่งขึ้นแน่นอน

บุญเดิมเสริมส่งให้	**ได้ดี**
บุญยิ่งทำยิ่งทวี	**เพริศพริ้ง**
บุญยิ่งมากยิ่งมี	**ความสุข**
บุญติดตามไม่ทิ้ง	**เช่นเค้าเงาตน**

ต้นฉบับเดิมเปิดกรุได้ที่เมืองสวรรคโลก จารเป็นอักษรขอมจารึกไว้ในใบลาน โบราณาจารย์จึงได้แปลเป็นอักษรไทย หลวงธรรมาธิกรณ์ (พระภิกษุแสง) ได้มาแต่พระแท่นศิลาอาสน์ มณฑลพิษณุโลก

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้ ถ้าผู้ใดบริจาคทรัพย์สร้างถวายพระภิกษุสงฆ์ สามเณร ญาติ–มิตรสหาย หรือสวดจนครบ ๗ วัน ครบอายุปัจจุบันของตน จะบังเกิดโชคลาภทำมาค้าขายเจริญรุ่งเรือง จะพ้นเคราะห์ปราศจากทุกข์โศกโรคภัยและภัยพิบัติทั้งปวง ฯ

ผู้ใดตั้งจิตเจริญภาวนายอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกวันละสามจบ จะไม่มีบาปกรรม ทำสิ่งใดจะได้สมความปรารถนา สวดวันละเจ็ดจบ กระดูกลอยน้ำได้

(ของเก่า)

เอาธรรมะยึดมั่น	ไว้กันบาป
เหมือนกุหลาบมีราก	ยึดต้นได้
จงทำดีมีไว้	ให้เหมือนเงา
ตามตัวเราทุกกาล	ที่ผ่านไป

พิธีไหว้พระและสวดยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ก่อนเข้าห้องบูชาพระควรอาบน้ำชำระร่างกายให้สะอาดและนุ่งห่มให้เรียบร้อย เข้านั่งที่ด้วยความสำรวมกายใจ ตั้งจิตให้แน่วแน่เพ่งตรงยังพระพุทธรูประลึกถึงพระรัตนตรัย ค่อยกราบ ๓ หน แล้วสงบจิตระลึกถึงคุณบิดามารดา ซึ่งเป็นพระอรหันต์ของบุตรจากนั้นจึงจุดเทียนบูชา ให้จุดเล่มด้านขวาของพระพุทธรูปก่อน แล้วจุดเล่มด้านซ้ายต่อไปจุดธูป ๓ ดอก เมื่อจุดเทียนธูปที่เครื่องสักการบูชาเสร็จแล้วเอาจิต (นึกเห็น) พระพุทธองค์มาเป็นประธาน พึงนั่งคุกเข่าประนมมือตั้งใจบูชาพระรัตนตรัย นมัสการพระรัตนตรัย นมัสการพระพุทธเจ้าไตรสรณคมน์และนมัสการพระพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ แล้วจึงเจริญภาวนายอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก จะเพิ่มความขลัง และศักดิ์สิทธิ์ยิ่งขึ้น จะเกิดพลังจิตและมีความมั่นคงในชีวิต พึงทราบด้วยว่า การเจริญภาวนาทุกครั้งต้องอยู่ในสถานที่อันสมควร ขอให้ทำจิตตั้งมั่นในบทสวดมนต์ จะมีเทพยดาอารักษ์ทั้งหลายร่วมอนุโมทนาสาธุการขออย่าได้ทำเล่น จะเกิดโทษแก่ตนเอง

ยิ่ง ทำ ยิ่ง ได้
ยิ่ง ให้ ยิ่ง มี

คำบูชาพระรัตนตรัย

โย โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ
อิเมหิ สักกาเรหิ ตัง ภะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ
โย โส สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม
อิเมหิ สักกาเรหิ ตัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ
โย โส สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ
อิเมหิ สักกาเรหิ ตัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ

คำนมัสการพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ ๑ หน)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ธัมมัง นะมัสสามิ (กราบ ๑ หน)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สังฆัง นะมามิ (กราบ ๑ หน)

คำนมัสการพระพุทธเจ้า

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

คำนมัสการไตรสรณคมน์

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

คำนมัสการพระพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวาติ ฯ (๕๖)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหีติ ฯ (๓๘)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเณยโย อัญชะลี กะระณีโย อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ ฯ (๑๔)

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ต้นฉบับเดิม

๑. อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง วะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา สัมมาสัมพุทโธ วะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา วิชชาจะระณะ สัมปันโน วะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา สุคะโต วะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา โลกะวิทู วะตะ โส ภะคะวา.

อะระหันตัง สะระณัง คัจฉามิ.

อะระหันตัง สิระสา นะมามิ.

สัมมาสัมพุทธัง สะระณัง คัจฉามิ.

สัมมาสัมพุทธัง สิระสา นะมามิ.

วิชชาจะระณะสัมปันนัง สะระณัง คัจฉามิ.

วิชชาจะระณะสัมปันนัง สิระสา นะมามิ.

สุคะตัง สะระณัง คัจฉามิ.

สุคะตัง สิระสา นะมามิ.

โลกะวิทัง สะระณัง คัจฉามิ.

โลกะวิทัง สิระสา นะมามิ.

๒. อิติปิ โส ภะคะวา อะนุตตะโร วะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา ปุริสะทัมมะสาระถิ วะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา สัตถา เทวะมะนุสสานัง วะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา พุทโธ วะตะ โส ภะคะวา.

อะนุตตะรัง สะระณัง คัจฉามิ.

อะนุตตะรัง สิระสา นะมามิ.

ปุริสะทัมมะสาระถิ สะระณัง คัจฉามิ.

ปุริสะทัมมะสาระถิ สิระสา นะมามิ.

สัตถา เทวะมะนุสสานัง สะระณัง คัจฉามิ.

สัตถา เทวะมะนุสสานัง สิระสา นะมามิ.

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ.

พุทธัง สิระสา นะมามิ. อิติปิ โส ภะคะวา ฯ

๓. อิติปิ โส ภะคะวา รูปะขันโธ อะนิจจะลักขะณะปาระมิ จะ สัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา วิญญาณะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา จักกะวาฬะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

๕. อิติปิ โส ภะคะวา จาตุมมะหาราชิกาธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ตาวะติงสาธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ยามาธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ตุสิตาธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา นิมมานะระตีธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ปะระนิมมิตะวะสะวัตตีธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา กามาวะจะระธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา รูปาวะจะระธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา อะรูปาวะจะระธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา โลกุตตะระธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

๖. อิติปิ โส ภะคะวา ปะฐะมะฌานะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ทุติยะฌานะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ตะติยะฌานะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา จะตุตถะฌานะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ปัญจะมะฌานะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

๗. อิติปิ โส ภะคะวา อากาสานัญจายะตะนะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา วิญญานัญจายะตะนะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา อากิญจัญญายะตะนะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา เนวะสัญญานาสัญญายะตะนะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

๘. อิติปิ โส ภะคะวา โสตาปัตติมัคคะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา สะกิทาคามิมัคคะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา อะนาคามิมัคคะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัตตะมัคคะธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา โสตาปัตติผะละธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา สะกิทาคามิผะละธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา อะนาคามิผะละธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัตตะผะละธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน.

๙. กุสะลา ธัมมา อิติปิ โส ภะคะวา อะอายาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ ชัมภูทีปัญจะอิสสะโร กุสะลา ธัมมา นะโม พุทธายะ นะโมธัมมายะ นะโม สังฆายะ ปัญจะ พุทธา นะมามิหังอา ปา มะ จุ ปะ ที มะ สัง อัง ขุ สัง วิ ธา ปุกะ ยะ ปะ อุปะสะชะสะเห ปาสายะโส ฯ

โส โส สะ สะ อะ อะ อะ อะ นิ เต ชะ สุ เนมะ ภู จะ นา วิ เว อะ สัง วิ สุ โล ปุ สะ พุ ภะอิสัวาสุ, สุสัวาอิ กุสะลา ธัมมา จิตติวิอัตถิ.

๑๐. อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง อะอายาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ สาโพธิปัญจะอิสสะโร ธัมมา.

กุสะลา ธัมมา นันทะวิวังโก อิติ สัมมาสัมพุทโธ สุคะลาโน ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณังคัจฉามิ.

จาตุมมะหาราชิกา อิสสะโร กุสะลา ธัมมา อิติ วิชชา จะระณะสัมปันโน อุอุ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ.

ตาวะติงสา อิสสะโร กุสะลา ธัมมา นันทะ ปัญจะ สุคะโต โลกะวิทู มะหาเอโอ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ.

ยามา อิสสะโร กุสะลา ธัมมา พรหมาสัททะ ปัญจะสัตตะ สัตตา ปาระมี อะนุตตะโร ยะมะกะขะ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ.

ตุสิตา อิสสะโร กุสะลา ธัมมา ปุยะปะกะ ปุริสะทัมมะสาระถิ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ.

นิมมานะระตี อิสสะโร กุสะลา ธัมมา เหตุโปวะ สัตถา เทวะมะนุสสานัง ตะถา ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ.

ปะระนิมมิตะวะสะวัตตี อิสสะโร กุสะลา ธัมมา สังขาระขันโธ ทุกขัง อะนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ พุทธะปะผะ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ.

พรหมา อิสสะโร กุสะลา ธัมมา นัตถิปัจจะยา วินะปัญจะ ภะคะวะตา ยาวะ นิพพานังสะระณัง คัจฉามิ ฯ

๑๑. นะโม พุทธัสสะ นะโม ธัมมัสสะ นะโมสังฆัสสะ พุทธิลาโภกะลา กะระกะนา เอเตนะสัจเจนะ สุวัตถิ โหนตุ หุลู หุลู หุลู สะวาหายะ.

นะโม พุทธัสสะ นะโม ธัมมัสสะ นะโมสังฆัสสะ วิตติ วิตติ วิตติ มิตติ มิตติ มิตติ จิตติจิตติ วัตติ วัตติ มะยะสุ สุวัตถิ โหนตุ หุลู หุลูหุลู สะวาหายะ.

อินทะสาวัง มะหาอินทะสาวัง พรหมะสาวังมะหาพรหมะสาวัง จักกะวัตติสาวัง มะหาจักกะวัตติสาวัง เทวาสาวัง มะหาเทวาสาวัง อิสีสาวังมะหาอิสีสาวัง มุนีสาวัง มะหามุนีสาวัง สัปปุริสะสาวัง มะหาสัปปุริสะสาวัง พุทธะสาวังปัจเจกะพุทธะสาวัง อะระหัตตะสาวัง สัพพะสิทธิวิชชาธะรานังสาวัง สัพพะโลกาอิริยานังสาวังเอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหนตุ.

สาวัง คุณัง วะชะ พะลัง เตชัง วิริยัง สิทธิ กัมมัง ธัมมัง สัจจัง นิพพานัง โมกขัง คุยหะกัง ทานัง สีลัง ปัญญา นิกขัง ปุญญัง ภาคะยัง ยะสัง ตัปปัง สุขัง สิริ รูปัง จะตุวีสะติเทสะนัง เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหนตุ หุลู หุลู หุลู สะวาหายะ ฯ

๑๒. นะโม พุทธัสสะ ทุกขัง อะนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ เวทะนาขันโธ สัญญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญาณะขันโธ นะโม อิติปิ โส ภะคะวา.

นะโม ธัมมัสสะ ทุกขัง อะนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ เวทะนาขันโธ สัญญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญาณะขันโธ นะโม สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม.

นะโม สังฆัสสะ ทุกขัง อะนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ เวทะนาขันโธ สัญญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญาณะขันโธ นะโม สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ วาหะปะริตตัง.

นะโมพุทธายะ มะอะอุ ทุกขัง อะนิจจัง อะนัตตา ยาวะตัสสะ หาโยนะโม อุอะมะ ทุกขัง อะนิจจัง อะนัตตา อุอะมะอะ วันทา นะโมพุทธายะ นะอะกะติ นิสะระณะ อาระปะขุทธัง มะอะอุ ทุกขัง อะนิจจัง อนัตตา ฯ

วิปัสสิต

สัพพะทุกขา สัพพะภะยา สัพพะโรคา วินาสสันตุ

พระธรรมดูดุจแก้ว	จินดา
ให้เกิดเชาว์ปัญญา	เลิศด้วย
ให้ตระกูลยศถา	ใหญ่ยิ่ง จริงนา
เกิดสวัสดิ์เท่าม้วย	มุ่งฟ้าเสวยสวรรค์
ทำบุญบุญแต่งให้	เห็นผล
คือดั่งเงาตามตน	ติดแท้
ผู้ทำสิ่งอกุศล	กรรมติด ตามนา
ดุจจักรเกวียนเวียนแล้	ไล่ต้อนตีนโค

อานิสงส์การสวดและภาวนา
ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกเป็นพุทธมนต์อันศักดิ์สิทธิ์ ไว้สำหรับสวดและภาวนาทุกเช้าค่ำ เพื่อความสวัสดีเป็นสิริมงคลแก่ผู้สาธยาย อันเป็นบ่อเกิด มหาเดชัง มีเดชมาก มหานุภาวัง มีอานุภาพมาก และมีลาภยศ สุขสรรเสริญ ปราศจากทุกข์โศกโรคภัย อุปัทวันตราย และความพินาศทั้งปวง ตลอดทั้งหมู่มารร้าย และศัตรูคู่อาฆาตไม่อาจแผ้วพานได้

อิติปิโส ภะคะวา อะระหัง เป็นต้น ถ้าสาธยายหรือภาวนาแล้วจะนำมาซึ่งลาภยศ สุขสรรเสริญและปราศจากอันตรายทั้งปวง ตลอดทั้งเป็นการระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้า เป็นการเจริญพระพุทธานุสติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นแดนเกิดของสมาธิอีกด้วย

อะระหันตัง สะระณัง คัจฉามิ เป็นต้น เมื่อสาธยาย หรือภาวนาแล้ว เป็นการมอบกายถวายชีวิตไว้กับองค์พระพุทธเจ้า หรือเอาองค์พระพุทธเจ้าเป็นตาข่ายเพชรคอยปกป้องคุ้มครองรักษาชีวิตให้ปราศจากเวรภัย

อิติปิโส ภะคะวา รูปะขันโธ เป็นต้น เมื่อสาธยาย หรือภาวนาแล้ว ขออาราธนาบารมีธรรมของพระพุทธองค์สิงสถิตในเบญจขันธ์ของเรา เพื่อให้เกิดพระไตรลักษณญาน อันเป็นทางของพระนิพพานสืบต่อไป

อิติปิโส ภะคะวา ปะฐะวีธาตุสะมาธิญาณะสัมปันโน เป็นต้น เมื่อสาธยายหรือภาวนา ขออำนาจสมาธิญาณของพระพุทธองค์เป็นไปในธาตุ ในจักรวาล ในเทวโลกหรือในกามาวจรภูมิ รูปาวจรภูมิ อรูปาวจรภูมิ และในโลกุตรภูมิ ขอจงมาบังเกิดในขันธสันดานของข้าพเจ้าหรือเรียกว่าเป็นการเจริญสมถภาวนา อันเป็นบ่อเกิดแห่งรูปฌาน อรูปฌาน อภิญญา เป็นการเจริญวิปัสสนา อันเป็นบ่อเกิดแห่งมรรคผลนิพพาน เป็นการหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวงฯ

กุสลา ธัมมา อิติปิโส ภะคะวา เป็นต้น เป็นการสาธยายหัวใจพระวินัยปิฎก หัวใจพระสุตตันตปิฎก หัวใจพระอภิธรรมปิฎก และเป็นหัวใจพระเจ้า ๕๐๐ ชาติ พระเจ้า ๑๐ ชาติ และหัวใจ อิติปิโส ตลอดทั้งหัวใจอื่น ๆ อีกเป็นจำนวนมาก เมื่อภาวนาแล้วจะนำลาภ ยศ ฐาน์บรรดาศักดิ์ ทั้ง อายุ วรรณะ สุขะ พละ และจะป้องกันสรรพภัยต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความสวัสดิมงคลแก่ตนและบุตรหลานสืบไป

อินทะสาวัง มหาอินทะสาวัง เป็นต้น เมื่อสาธยายหรือภาวนาแล้วมีทั้งอำนาจ ตบะ เดชะ ความสุข ความเจริญรุ่งเรืองทุกประการ

พระอริยสงฆ์เจ้าทั้งหลายต่างก็กล่าวเน้นว่า พระพุทธศาสนาเป็นของจริงของแท้ที่เรายึดมั่นเป็นหลักชัยแห่งชีวิตได้ ยิ่งมีการปฏิบัติธรรมทั้งทาน ศีล ภาวนา สม่ำเสมอความสุขความเจริญเกิดขึ้นแก่ตนแน่อย่าสงสัย การรวยทรัพย์สินเงินทองไม่ได้ก่ออานิสงส์ ไม่เท่ากับรวยบุญรวยกุศล ซึ่งจะบังเกิดความสุขความเจริญในปัจจุบัน และตามติดวิญญาณไปทุกภพทุกชาติด้วย

ฉะนั้นชาวพุทธทั้งหลาย จงเจริญภาวนา ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกทุกเช้าค่ำเถิด จะบังเกิดความสวัสดิมงคล แก่ตนและครอบครัว ให้มีความร่มเย็นเป็นสุขโดยทั่วหน้า

อันทานศีลภาวนา	**อย่าเลยละ**
อุตสาหะสืบสร้าง	**ทางสวรรค์**
นิสัยส่งคงนิพพาน	**ไม่นานครัน**
เกษมสันต์แสนสุข	**สิ้นทุกข์ภัย**

คำกรวดน้ำ
ของยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ ด้วยเดชะผลบุญแห่งข้าพเจ้าได้สร้างและสวดยอดพระกัณฑ์ ไตรปิฎกนี้ ขอให้ค้ำชู อุดหนุน คุณบิดามารดา พระมหากษัตริย์ ผู้มีพระคุณ ญาติกา ครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ เจ้ากรรมนายเวร และมิตร รักสนิทเพื่อน สรรพสัตว์น้อยใหญ่ พระภูมิเจ้าที่ เจ้ากรุงพาลี แม่พระธรณี แม่พระคงคา แม่พระโพสพ พญายมราช นายนิริยบาล ท้าวจตุโลกะบาลทั้งสี่ ศิริคุตอำมาตย์ ชั้นจาตุมมะหาราชิกาเบื้องบนสูงสุดจนถึงภวัคคะพรหม และเบื้องล่างต่ำสุด ตั้งแต่โลกันตมหานรก และอเวจีขึ้นมา จนถึงโลกมนุษย์ สุดรอบขอบจักรวาล อนันตจักรวาล คุณพระศรีรัตนตรัย และเทพยดาทั้งหลาย ตลอดทั้งอินทร์ พรหม ยมยักษ์ คนธรรพ์ นาคา พระเพลิง พระพาย พระพิรุณ ท่านทั้งหลายที่ต้องทุกข์ขอให้พ้นจากทุกข์ ท่านทั้งหลายที่ได้สุข ขอให้ได้สุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป ด้วยเดชะผลบุญแห่งข้าพเจ้าอุทิศให้ไปนี้ จงเป็นอุปนิสัยปัจจัยให้ถึงพระนิพพานในปัจจุบัน และอนาคตกาลเบื้องหน้าโน้นเทอญ ฯ

พุทธัง อะนันตัง ธัมมังจักกะวาลัง
สังฆัง นิพพานะปัจจะโย โหนตุ

โบราณว่าผู้ใดสร้างบุญกุศลและได้สวดภาวนายอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกเป็นประจำจะมีคานิสงส์มาก เมื่อป่วยหนักให้ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย ครั้นกำลังจะสิ้นใจผู้อยู่ใกล้บอกนำว่า **อะระหัง** หรือ **พุทโธ** เรื่อย ๆ เมื่อถึงแก่กรรม จงเขียน จิ. เจ. รุ. นิ. บนแผ่นทองหรือแผ่นเงิน ใบลาน, กระดาษ แล้วม้วนเป็นตะกรุด (ห้ามคลี่) ใส่ปากให้ไปสู่สุคติในสัมปรายภพสวรรค์ด้วย

*นมัสการพระพุทธเจ้า ๒๘ พระองค์

นะโม เม สัพพะพุทธานัง อุปปันนานัง มะเหสินัง
ตัณหังกะโร มะหาวีโร เมธังกะโร มะหายะโส
สะระณังกะโร โลกะหิโต ทีปังกะโร ชุตินธะโร
โกณฑัญโญ ชะนะปาโมกโข มังคะโล ปุริสาสะโภ
สุมะโน สุมะโน ธีโร เรวะโต ระติวัฑฒะโน
โสภิโต คุณะสัมปันโน อะโนมะทัสสี ชะนุตตะโม
ปะทุโม โลกะปัชโชโต นาระโท วาระสาระถี
ปะทุมุตตะโร สัตตะสาโร สุเมโธ อัปปะฏิปุคคะโล
สุชาโต สัพพะโลกัคโค ปิยะทัสสี นะราสะโภ
อัตถะทัสสี การุณิโก ธัมมะทัสสี ตะโมนุโท
สิทธัตโถ อะสะโม โลเก ติสโส จะ วะทะตัง วะโร
ปุสโส จะ วะระโท พุทโธ วิปัสสี จะ อะนูปะโม
สิขี สัพพะหิโต สัตถา เวสสะภู สุขะทายะโก
กะกุสันโธ สัตถะวาโห โกนาคะมะโน ระณัญชะโห
กัสสะโป สิริสัมปันโน โคตะโม สักยะปุงคะโว

---

*ในพระคาถาชินบัญชรตอนที่ ๒

เตสาหัง สิระสา ปาเท วันทามิ ปุริสุตตะเม วะจะสา มะนะสา เจว วันทาเมเต ตะถาคะเต สะยะเน อาสะเน ฐาเน คะมะเน จาปิ สัพพะทา

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมแด่พระพุทธเจ้าทั้งหลายทั้งปวง ผู้แสวงหาคุณอันใหญ่ซึ่งได้อุบัติแล้วคื

พระตัณหังกรผู้กล้าหาญ	พระเมธังกรผู้มียศใหญ่
พระสรณังกรผู้เกื้อกูลแก่ชาวโลก	พระทีปังกรผู้ทรงไว้ซึ่งปัญญาอันรุ่งเรือง
พระโกณฑัญญะผู้เป็นประมุขแห่งหมู่ชน	พระมังคละผู้เป็นบุรุษประเสริฐ
พระสุมนะผู้เป็นธีรบุรุษมีพระหฤทัยงาม	พระเรวะตะผู้เพิ่มพูนความยินดี
พระโสภิตะผู้สมบูรณ์ด้วยพระคุณ	พระอโนมทัสสีผู้สูงสุดอยู่ในหมู่ชน
พระปทุมะผู้ทำให้โลกสว่าง	พระนารทะผู้เป็นสารถีประเสริฐ
พระปทุมุตตระผู้เป็นที่พึ่งของหมู่สัตว์	พระสุเมธะผู้หาบุคคลเปรียบมิได้
พระสุชาตะผู้เลิศกว่าสัตว์โลกทั้งปวง	พระปิยทัสสีผู้ประเสริฐกว่าหมู่นรชน
พระอัตถทัสสีผู้มีพระกรุณา	พระธรรมทัสสีผู้บรรเทาความมืด
พระสิทธัตถะผู้หาบุคคลเสมอมิได้ในโลก	พระติสสะผู้ประเสริฐกว่านักปราชญ์ทั้งหลาย
พระปุสสะผู้ประทานธรรมอันประเสริฐ	พระวิปัสสีผู้หาที่เปรียบมิได้
พระสิขีผู้เป็นศาสดาเกื้อกูลแก่สรรพสัตว์	พระเวสสภูผู้ประทานความสุข
พระกกุสันธะผู้นำสัตว์ออกจากสันดารตัวกิเลส	พระโกนาคมนะผู้หักเสียซึ่งข้าศึกคือกิเลส
พระกัสสปะผู้สมบูรณ์ด้วยสิริ	พระโคตมะผู้ประเสริฐแห่งหมู่ศากยราช

ข้าพเจ้าขอกราบไหว้พระบาท ของพระพุทธเจ้าเหล่านั้นด้วยเศียรเกล้า และขอกราบไหว้พระพุทธเจ้าเหล่านั้นผู้เป็นบุรุษอันสูงสุด ผู้เป็นตถาคตด้วยวาจาและใจทีเดียว ทั้งในที่นอนในที่นั่ง ในที่ยืน และแม้ในที่เดินด้วยในกาลทุกเมื่อ ฯ

ตัณ เม สะ ที โก มัง สุ เร โส อะ ปะ นา ปะ สุ สุ ปิ

อะ ธะ สิ ติ ปุ วิ สิ เว กุ โก กะ โค นะมามิหัง

พระนามพระพุทธเจ้าตั้งแต่พระองค์แรกถึงพระองค์ปัจจุบัน โบราณาจาร: ท่านถือว่าเป็นพระคาถาแก้วสารพัดนึก

พระคาถาชินบัญชร

สมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต พรหมรังสี)

วัดระฆังโฆสิตารามวรมหาวิหาร แห่งรัตนโกสินทร์

เพื่อให้เกิดอานุภาพยิ่งขึ้น ก่อนเจริญภาวนาชินบัญชรให้ตั้งนะโม ๓ จบ แล้วระลึกถึงและบูชาเจ้าประคุณสมเด็จด้วยคำว่า

ปุตตะกาโม ละเภ ปุตตัง ธะนะกาโม ละเภ ธะนัง
อัตถิ กาเย กายะญายะ เทวานัง ปิยะตัง สุตตะวา
อิติปิ โส ภะคะวา ยะมะราชาโน ท้าวเวสสุวัณโณ
มะระณัง สุขัง อะระหัง สุคะโต นะโม พุทธายะ

๑

ชะยาสะนาคะตา พุทธา เชตะวา มารัง สะวาหะนัง
จะตุสัจจาสะภัง ระสัง เย ปิวิงสุ นะราสะภา.

๒

ตัณหังกะราทะโย พุทธา อัฏฐะวีสะติ นายะกา
สัพเพ ปะติฏฐิตา มัยหัง มัตถะเก เต มุนิสสะรา.

๓

สีเส ปะติฏฐิโต มัยหัง พุทโธ ธัมโม ทะวิโลจะเน
สังโฆ ปะติฏฐิโต มัยหัง อุเร สัพพะคุณากะโร.

๔

หะทะเย เม อะนุรุทโธ สารีปุตโต จะ ทักขิเณ
โกณฑัญโญ ปิฏฐิภาคัสมิง โมคคัลลาโน จะ วามะเก.

๕

ทักขิเณ สะวะเน มัยหัง   อาสุง อานันทะราหุโล
กัสสะโป จะ มะหานาโม   อุภาสุง วามะโสตะเก.

๖

[๑]เกสันเต ปิฏฐิภาคัสมิง   สุริโยวะ ปะภังกะโร
นิสินโน สิริสัมปันโน   โสภิโต มุนิปุงคะโว.

๗

กุมาระกัสสะโป เถโร   มะเหสี จิตตะวาทะโก
โส มัยหัง วะทะเน นิจจัง   ปะติฏฐาสิ คุณากะโร.

๘

ปุณโณ อังคุลิมาโล จะ   อุปาลี นันทะสีวะลี
เถรา ปัญจะ อิเม ชาตา   นะลาเฏ ติละกา มะมะ.

๙

[๒]เสสาสีติ มะหาเถรา   วิชิตา ชินะสาวะกา
เอเตสีติ มะหาเถรา   ชิตะวันโต ชิโนระสา
ชะลันตา สีละเตเชนะ   อังคะมังเคสุ สัณฐิตา.

๑๐

ระตะนัง ปุระโต อาสิ   ทักขิเณ เมตตะสุตตะกัง
ธะชัคคัง ปัจฉะโต อาสิ   วาเม อังคุลิมาละกัง.

---

๑. บางตำหรับใช้ เกเสนเต, เกสะโต, ก็มี

๒. ฉบับสิงหลไม่มีวรรคนี้

๑๑

ขันธะโมระปะริตตัญจะ อาฏานาฏิยะสุตตะกัง
อากาเส ฉะทะนัง อาสิ เสสา ปาการะสัณฐิตา.

๑๒

ชินะ นานาวะระสังยุตตา สัตตะปาการะลังกะตา
วาตะปิตตาทิสัญชาตา พาหิรัชฌัตตุปัททะวา.

๑๓

อะเสสา วินะยัง ยันตุ อะนันตะชินะเตชะสา
วะสะโต เม สะกิจเจนะ สะทา สัมพุทธะปัญชะเร.

๑๔

ชินะปัญชะระมัชฌัมหิ วิหะรันตัง มะหี*ตะเล
สะทา ปาเลนตุ มัง สัพเพ เต มะหาปุริสาสะภา.

๑๕

อิจเจวะมันโต สุคุตโต สุรักโข
ชินานุภาเวนะ ชิตุปัททะโว
ธัมมานุภาเวนะ ชิตาริสังโฆ
สังฆานุภาเวนะ ชิตันตะราโย
สัทธัมมานุภาวะปาลิโต จะรามิ ชินะปัญชะเรติ.

---

* มะหีตะเล บาลีออกเสียงเป็น มะฮีตะเล

คำแปล

พระคาถาชินบัญชร

๑. พระพุทธเจ้าและพระนราสภาทั้งหลายผู้ประทับนั่งแล้วบนชัยบัลลังก์ ทรงพิชิตพระยามาราธิราชผู้พรั่งพร้อม ด้วยเสนาราชพาหนะแล้ว เสวยอมตรส คือ อริยสัจธรรมทั้งสี่ประการ เป็นผู้นำสรรพสัตว์ให้ข้ามพ้นจากกิเลสและกองทุกข์

๒. มี ๒๘ พระองค์ คือ พระผู้ทรงพระนามว่าตัณหังกรเป็นอาทิพระพุทธเจ้าผู้จอมมุนีทั้งหมดนั้น

๓. ข้าพระพุทธเจ้าขออัญเชิญมาประดิษฐานเหนือเศียรเกล้าองค์-สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประดิษฐานอยู่บนศีรษะ พระธรรมอยู่ที่ดวงตาทั้งสอง พระสงฆ์ผู้เป็นอากรบ่อเกิดแห่งสรรพคุณอยู่ที่อก

๔. พระอนุรุทธะอยู่ที่ใจ พระสารีบุตรอยู่เบื้องขวา พระโมคคัลลาน์อยู่เบื้องซ้าย พระอัญญาโกณฑัญญะอยู่เบื้องหลัง

๕. พระอานนท์กับพระราหุลอยู่หูขวา พระกัสสปะกับพระมหานามะอยู่ที่หูซ้าย

๖. มุนีผู้ประเสริฐ คือ พระโสภิตะผู้สมบูรณ์ด้วย สิริดังพระอาทิตย์ส่องแสงอยู่ที่ทุกเส้นขน ตลอดร่างทั้งข้างหน้าและข้างหลัง

๗. พระเถระกุมารกัสสปะผู้แสวงบุญทรงคุณอันวิเศษ มีวาทะอันวิจิตรไพเราะอยู่ปากเป็นประจำ

๘. พระปุณณะ พระอังคุลิมาล พระอุบาลี พระนันทะ และพระสีวลี พระเถระทั้ง ๕ นี้ จงปรากฏเกิดเป็นกระแจะจุณเจิมที่หน้าผาก

๙. ส่วนพระอสีติมหาเถระที่เหลือ ผู้มีชัยและเป็นพระโอรส เป็นพระสาวก ของพระพุทธเจ้าผู้ทรงชัยแต่ละองค์ล้วนรุ่งเรืองไพโรจน์ ด้วยเดชแห่งศีลให้ดำรงอยู่ทั่วอวัยวะน้อยใหญ่

๑๐. พระรัตนสูตรอยู่เบื้องหน้า พระเมตตาสูตรอยู่เบื้องขวา พระอังคุลิมาล ปริตรอยู่เบื้องซ้าย พระธชัคคะสูตร อยู่เบื้องหลัง

๑๑. พระขันธปริตร พระโมรปริตร และพระอาฏานาฏิยสูตร เป็นเครื่องกางกั้นดุจหลังคาอยู่บนนภากาศ

๑๒. อนึ่งพระชินพุทธเจ้าทั้งหลายนอกที่ได้กล่าวมาแล้วนี้ ผู้ประกอบพร้อมด้วยกำลังนานาชนิดมีศีลาทิคุณอันมั่นคง คือสัตตปราการเป็นอาภรณ์มาตั้งล้อมเป็นกำแพง คุ้มครองเจ็ดชั้น

๑๓. ด้วยเดชานุภาพแห่งพระอนันตชินเจ้าไม่ว่าจะทำกิจการใด ๆ เมื่อข้าพระพุทธเจ้าเข้าอาศัยอยู่ในพระบัญชร แวดวงกรงล้อมแห่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ขอโรคอุปัทวะทุกข์ทั้งภายนอกและภายในอันเกิดแต่โรคร้าย คือ โรคลมและโรคดีเป็นต้น เป็นสมุฏฐานจงกำจัดให้พินาศไปอย่าได้เหลือ

๑๔. ขอพระมหาบุรุษผู้ทรงพระคุณอันล้ำเลิศทั้งปวงนั้น จงอภิบาลข้าพระพุทธเจ้า ผู้อยู่ในภาคพื้นท่ามกลางพระชินบัญชร ข้าพระพุทธเจ้าได้รับการคุ้มครองปกปักรักษาภายในเป็นอันดีฉะนี้แล

๑๕. ข้าพระพุทธเจ้าได้รับการอภิบาลด้วยคุณานุภาพ แห่งสัทธรรม จึงชนะเสียได้ซึ่งอุปัทวันตรายใด ๆ ด้วยอานุภาพแห่งพระ-ชินะพุทธเจ้า ชนะข้าศึกศัตรูด้วยอานุภาพแห่งพระธรรม ชนะอันตรายทั้งปวง ด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์ ขอข้าพระพุทธเจ้า จงได้ปฏิบัติและรักษาดำเนินไปโดยสวัสดีเป็นนิจนิรันดรเทอญ ฯ

อานิสงส์ชินบัญชร

พระคาถาชินบัญชรนี้เป็นคาถาที่ศักดิ์สิทธิ์ยิ่งนัก ตกทอดมาจากลังกา เจ้าประคุณสมเด็จ ฯ ค้นพบในคัมภีร์โบราณได้ดัดแปลงแก้ไขแต่งเติมให้ดีขึ้นเป็นเอกลักษณ์พิเศษได้เนื้อถ้อยกระทงความสมบูรณ์แปลออกมากแล้วมีแต่สิ่งสิริมงคลแก่ผู้สวดภาวนาทุกประการ

พระคาถานี้เป็นการอัญเชิญพระพุทธานุภาพแห่งพระบรมศาสดาสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระพุทธเจ้าที่ได้เคยมาตรัสรู้ก่อนหน้านั้น จากนั้นเป็นการอัญเชิญพระอรหันต์ขีณาสพ อันสำเร็จคุณธรรมวิเศษแต่ละองค์ไม่เหมือนกัน นอกนั้นยังอัญเชิญพระสูตรต่าง ๆ อันโบราณาจารย์เจ้าถือว่า เป็นพระพุทธมนต์อันวิเศษแต่ละสูตรมารวมกันสอดคล้องเป็นกำแพงแก้วคุ้มกันตั้งแต่กระหม่อมจอมขวัญของผู้ภาวนาพระคาถาลงมาจนล้อมรอบตัว จนกระทั่งหาช่องโหว่ให้อันตรายสอดแทรกเข้ามามิได้

อานุภาพแห่งพระคาถาชินบัญชร

ผู้ใดได้สวดภาวนาพระคาถาชินบัญชรนี้ เป็นประจำอยู่สม่ำเสมอ จะทำให้เกิดความสิริมงคลสมบูรณ์พูนผล ศัตรูหมู่พาลไม่กล้ำกล้ำกราย ไปทางใดย่อมเกิดเมตตามหานิยม เกิดลาภผลพูนทวี ขจัดภัยจากภูตผีปีศาจ ตลอดจนคุณไสยต่าง ๆ ทำน้ำมนต์รดแก้วิกลจริตแก้สรรพโรคภัยหายสิ้น เป็นสิริมงคลแก่ชีวิต มีคุณานุภาพตามแต่จะปรารถนา ดังคำโบราณว่า "ฝอยท่วมหลังช้าง" จะเดินทางไปที่ใด ๆ สวด ๑๐ จบ แล้วอธิษฐานจะสำเร็จสมดังใจ

การเริ่มต้นและวิธีสวด

การเริ่มต้นสวดภาวนาให้หาวันดีคือ วันพฤหัสบดีเป็นวันเริ่มต้น โดยน้อมนำดอกไม้ ธูปเทียนถวายบูชาคุณพระรัตนตรัยและดวงพระวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์ของเจ้าประคุณสมเด็จฯ ถ้าไปที่วัดระฆังก็ใช้ได้ ถ้าไปไม่ได้ก็ให้ระลึกถึงท่านและหันหน้าไปทางวัดระฆังก็ใช้ได้ เมื่อบูชาพระรัตนตรัยและดวงวิญญาณของเจ้าประคุณสมเด็จแล้ว จึงเริ่มต้นสวดโดยอ่านตามบทให้ได้ ๑ จบ ก็เป็นอันเสร็จพิธีเริ่มต้น

คำอาราธนาศีล ๕

มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะนัตถายะ ติสะระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะนัตถายะ ติสะระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะนัตถายะ ติสะระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอศีล ๕ ข้อ พร้อมทั้งพระรัตนตรัย เพื่อประโยชน์แก่การจะรักษาต่าง ๆ กัน

คำอาราธนาธรรม

พรัหมมา จะ โลกาธิปะตี สะหัมปะตี กัตอัญชะลี อันธิวะรัง อะยาจะถะ สันตีธะ สัตตาปปะระชัก ขะชาติกา เทเสตุ ธัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชัง ฯ

ท้าวสหัมบดีแห่งโลก ได้ประคองอัญชลีทูลวิงวอนพระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐว่า สัตว์ผู้มีธุลีในดวงตาน้อยมีอยู่ในโลกนี้ ขอพระคุณเจ้าโปรดแสดงธรรมอนุเคราะห์ด้วยเถิด

คำอาราธนาพระปริตร

วิปัตติปะฏิพาหายะ สัพพะสัมปัตติสิทธิยา
สัพพะทุกขะวินาสายะ ปะริตตัง พรูถะ มังคะลัง

วิปัตติปะฏิพาหายะ สัพพะสัมปัตติสิทธิยา
สัพพะภะยะวินาสายะ ปะริตตัง พรูถะ มังคะลัง

วิปัตติปะฏิพาหายะ สัพพะสัมปัตติสิทธิยา
สัพพะโรคะวินาสายะ ปะริตตัง พรูถะ มังคะลัง

ขอพระสงฆ์ทั้งหลาย จงสวดพระปริตร อันเป็นมงคลเพื่อป้องกันความวิบัติ เพื่อความสำเร็จในสมบัติทั้งปวง และเพื่อให้ทุกข์ทั้งปวงพินาศไป เพื่อให้ภัยทั้งปวงพินาศไป เพื่อให้โรคทั้งปวงพินาศไป

คำถวายข้าวพระพุทธ

อิมัง สูปะพยัญชะนะ สัมปันนัง สาลีนัง โภชะนัง อุทะกัง วะรัง พุทธัสสะ ปูเชมิ ฯ

ข้าพเจ้าขอบูชาด้วยโภชนะข้าวสาลี พร้อมด้วยแกงกับและน้ำอันประเสริฐนี้แด่พระพุทธเจ้า

คำลาข้าวพระพุทธ

เสสัง มังคะลัง ยาจามิ ฯ

ข้าพเจ้าขอคืนเศษอันเป็นมงคลนี้ ข้าพเจ้าขอภัตต์ที่เหลือเป็นมงคลด้วยเถิด

คำถวายของใส่บาตร

อิทัง ทานัง สีละวันตานัง ภิกขูนัง นิยาเทมิ สุทินนัง วะตะ เม ทานัง อาสะวักขะยาวะหัง นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ

ข้าพเจ้าขอน้อมถวายทานอันนี้ แด่พระสงฆ์ผู้มีศีลทั้งหลาย ทานที่ข้าพเจ้าถวายดีแล้วนี้ จงเป็นปัจจัยให้ถึงพระนิพพานด้วยเทอญ.

คำบูชาโภชนาหารอุทิศแด่บิดามารดา

ควรใช้ผ้าขาวปูรองพื้น แล้วยกสำรับคาวหวาน ข้าวน้ำบริบูรณ์ตั้งบนผืนผ้านั้น แล้วจุดธูป ๑ ดอก นั่งคุกเข่าประนมมือกล่าวบูชาว่า

อิมินา สักกาเรนะ กตัญญูกะตะเวทินัง ปิตุโน คุณุตตะรัง สังขาระสะรีรัง โภชะนัง มังสานัง ผลานัง อุทะกัง วะรัง สุคันธะระสัง ปิตุโน คุณุตตะรัง สิระสานะมามิหัง กราบ ๑ หน

คำลาโภชนาหาร

ก่อนลาโภชนาหาร ให้กราบ ๑ หน แล้วว่า

เสสัง ปิตูนัง โภชะนัง ยาจามิ

คำถวายสังฆทาน

(ประเภทสามัญ)

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ ภิกขุ สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ ฯ

ข้าแด่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายภัตตาหารกับทั้งบริวารทั้งหลาย เหล่านี้ แด่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับภัตตาหารกับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนานเทอญ ฯ

คำถวายสังฆทาน

(ประเภทอุทิศให้ผู้ตาย)

อิมานิ มะยัง ภันเต มะตะกะภัตตานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ มะตะกะภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัญเจวะ มาตาปิตุอาทีนัญจะ ญาตะกานัง กาละกะตานัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ

ข้าแด่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายมตกภัตตาหารกับทั้งบริวารเหล่านี้แด่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับมตกภัตตาหารกับทั้งบริวารเหล่านี้ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายด้วย แก่ญาติของข้าพเจ้าทั้งหลายมีมารดาเป็นต้น ผู้ทำกาละล่วงลับไปแล้วด้วย สิ้นกาลนานเทอญฯ

คำถวายผ้ากฐิน

อิมัง ภันเต สะปะริวารัง กะฐินะจีวะระทุสสัง สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต สังโฆ อิมัง สะปะริวารัง กะฐินะจีวะระ ทุสสัง ปะฏิคคัณหาตุ

ปะฏิคคะเหตวา จะ อิมินา ทุสเสนะ กะฐินัง อัตถะระตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ

ทุติยัมปิ ....

ตะติยัมปิ ....

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายผ้ากฐินจีวรกับทั้งบริวารนี้ แด่พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์ จงรับผ้ากฐินกับทั้งบริวารนี้ของข้าพเจ้าทั้งหลาย และเมื่อรับแล้วขอจงกรานไช้กฐินด้วยผ้านี้ เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนานเทอญ ฯ

คำถวายผ้าป่า

อิมานิ มะยัง ภันเต ปังสุกูละจีวะรานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ ปังสุกูละจีวะรานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคันหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ ฯ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายผ้าบังสุกุล จีวร กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้ แก่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับ ผ้าบังสุกุล จีวร กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนานเทอญ ฯ

คำถวายพระพุทธรูป

อิมัง มะยัง ภันเต พุทธะรูปัง ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุโนภันเต ภิกขุสังโฆ อิมัง พุทธะรูปัง ปฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายพระพุทธรูป แด่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับซึ่งพระพุทธรูป ของข้าพเจ้าทั้งหลาย จงเป็นไปเพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนานเทอญ.

คำถวายเทียนพรรษา

ยัคเฆ ภันเต สังโฆ ปฏิชานาตุ มะยัง ภันเต เอตัง ปะทีปะยุคัง สะปะริวารัง เตมาสัง พุทธัสสะ ปูชะนัตถายะ อิมัสสะหมิง อุโปสะถาคาเร นิยยาเทมะ สาธุ โน ภันเต อะยัง เตมาสัง พุทธัสสะ ปูชะนัตถายะ ปะทีปะยุคัสสะ ทานัสสะ อานิสังโส อัมหากัญเจวะ มาตาปิตุอาทีนัญจะ ปิยะชะนานัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ สังวัตตะตุ ฯ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ขอพระสงฆ์จงรับทราบข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอมอบถวายเทียนคู่นี้ พร้อมกับของบริวารไว้ ณ พระอุโบสถนี้ เพื่อเป็นพุทธบูชาตลอดพรรษา ขออานิสงส์แห่งการถวายคู่เทียน เพื่อเป็นพุทธบูชาตลอดพรรษานี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย จงเป็นไปเพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายด้วย แก่ปิยชนทั้งหลายมีมารดาบิดาเป็นต้นด้วยตลอดกาลนานเทอญฯ

ลูกกตัญญูย่อมปลอดภัย

คนที่มีความกตัญญูจริงๆ อุปการะพ่อแม่ เมื่อถึงคราวประสบภัยอันตราย ก็พ้นได้ เป็นเรื่องจริงจากหนังสือเพื่อนส่งมาให้มีดังนี้ คือ

ปี พ.ศ. 2523 เด็กหนุ่มชาวจังหวัดตรังคนหนึ่งเลี้ยงแม่ซึ่งตาบอดทั้งสองข้าง เขาเป็นลูกคนเดียวของแม่ เพราะพ่อเขาได้เสียชีวิตไปเมื่อเขายังเล็กๆ อยู่ เขาเป็นคนขับรถบรรทุกรับจ้างสายยาว บรรทุกสิ่งของต่างๆ ใกล้บ้าง ไกลบ้าง แล้วแต่ผู้ว่าจ้าง แต่เขาเป็นคนที่ห่วงแม่มาก เมื่อวันไหนจะต้องส่งของค้างคืนเขาจะต้องจัดเตรียมอาหารและของจำเป็นไว้ให้เสร็จ และจะฝากคนข้างบ้านให้ไว้เสมอ

วันหนึ่งเขาจะต้องบรรทุกสิ่งก่อสร้าง จากกรุงเทพกลับไปตรัง ต้องใช้เวลา 3 วัน เขาเป็นห่วงแม่มากเพื่อนร่วมทางขอร้องให้กลับตอนเช้า นอนสัก 2 - 3 ชั่วโมงก็ยังดี แต่เขาไม่ยอมเพราะห่วงแม่มาก เมื่อรถแล่นมาผ่านถนนธนบุรี - ปากท่อพร้อมเพื่อน 2 คน รถวิ่งมาด้วยความเร็ว ถนนลื่นทั้งที่ไม่มีฝนตกเลย คล้ายๆ คน เอาน้ำมันไปลาดไว้ รถเกิดส่ายจะเบรคก็ไม่กล้า ทันใดนั้นมีรถบรรทุกคันหนึ่ง วิ่งสวนทางขึ้นมาด้วยความเร็วเหมือนกัน คนในรถตกใจมาก พร้อมกันสวดมนต์ให้พระช่วย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์คุ้มครอง แต่ตัวเขานึกถึงแม่ตลอดเวลา และนึกถึงพ่อที่เสียชีวิตไปแล้วมาช่วยลูกให้ปลอดภัย

ตัดสินใจหลบรถบรรทุกทันที ทำให้รถพลิกคว่ำตกถนน ส่วนตัวเขาเดินออกมาอย่างปกติ อุ่นใจว่าไม่เป็นอะไรแน่ 2 คน ถามว่ามีพระอะไรอยู่หรือ รถก็ไม่เสียหายมาก คนก็ไม่ตาย ถ้าไม่หักหลบมีหวังตายแน่ เขาตอบว่า "**มีซิ มีพระอรหันต์ไง**" ป่านนี้คอยอยู่ที่บ้านแล้วเขาก็เล่าเรื่องแม่ตาบอดให้เพื่อนฟัง ในไม่ช้าก็มีรถบรรทุกแล่นสวนมา จึงขอร้องให้ช่วยลาก เพราะรถเปล่าลากขึ้นสบายและกลับถึงบ้านได้โดยสวัสดิภาพ

นี่แหละ.... ผลแห่งความกตัญญูรู้คุณ

ผู้เฒ่าไม่ชอบย้ายถิ่น

ธรรมชาติของคนแก่ มีอยู่อย่างหนึ่ง คือไม่ชอบย้ายบ้านเดิม ไปอยู่กับลูกหลานใดๆ ทั้งสิ้น ถ้าไม่จำเป็นจริง จะชอบอยู่ประจำที่ เพราะจะไม่เคยชินต่อสถานที่ และบ้านใหม่ ตามหลักโบราณเขาพูดไว้เป็นความจริงว่า "คนแก่ชอบความหลัง" จะไม่ชอบข้างหน้า เปรียบเสมือนตนไม้ ถ้าต้นเล็กๆ แล้ว เปลี่ยนย้ายปลูกใหม่จะงอกงามใหญ่โตขึ้น แต่ถ้าย้ายต้นใหญ่แก่ๆ ต้นไม้มักจะไม่รอดและเฉาตายเอง คนแก่ก็เหมือนกัน หากย้ายที่อยู่จะไม่ชอบ เพราะไม่เคยชิน ฉะนั้นผลสุดท้ายจะเป็นการทรมานจิตใจ คนแก่เปล่าๆ

ฉะนั้น การดูแลเลี้ยงคนแก่ ไม่ใช่ของง่าย ต้องฝึกให้รู้จิตใจคนแก่ ลูกๆ ที่ดีควรตามใจและเลี้ยงดู จึงจะถูกต้อง

มุมหนึ่งของโลกทิพย์

ข้าพเจ้าได้อ่านหนังสือ เล่มหนึ่งจากอาจารย์ท่านหนึ่ง ท่านฉันเจตลอดชีวิต ข้าพเจ้าจำชื่อไม่ได้ แต่จำความได้

ฉะนั้น ข้าพเจ้าต้องขออนุญาตจากท่าน โดยเอาเนื้อหาสาระในเล่มบางตอน ลงพิมพ์ในหนังสืองานศพแม่ข้าพเจ้า โดยไม่ได้ขออนุญาตจากท่านเสียก่อน เหตุด้วยหนังสือเล่มนี้ใช้เวลาทำเพียง 15 วันเท่านั้น ถ้ารอขออนุญาตเกรงจะไม่ทันงาน หวังว่าท่านคงอภัย ผลบุญในหนังสือเล่มนี้จะได้บอกต่อ...และบอกต่อบุญบารมีของท่านจะค่อยสะสม...สาธุ

ก่อนตายมีรถมารับ

ผู้ใดทำความดี และทำบุญอยู่เสมอๆ เขาผู้นั้นจะต้องได้รับกรรมดีในชาตินี้ และชาติหน้า เป็นเงาตามตัว

ดังเรื่องของนางเลี่ยงชิม อายุ 64 ปี มีบุตรชาย 3 คน หญิง 2 คน บุตรชายคนโต ชื่อแก้ว ขายกาแฟอยู่หน้าโรงยาฝิ่น สมัยก่อนนั้นราชบุรี ยังมีโรงยาฝิ่นอยู่ ขายอยู่หน้าบ้านของคนๆ หนึ่งที่อยู่ถนนก้อนทอง ราชบุรี และไม่เคยคาดฝันมีเรื่องเกิดขึ้น เมื่อวันที่ 23 มิถุนายน พ.ศ.2503 เวลา 07.00 น. ขณะที่นางเลี่ยงชิม แซ่อึ้ง มารดาของเขานั่งอยู่ในบ้านอย่างปกติเช่นทุกวัน โดยไม่ได้เจ็บไข้อะไรเลย แม่เห็นมีชาย

แปลกหน้า 2 คน ขับรถเก๋งมาจอดหน้าบ้าน แล้วบอกว่าจะมารับ นางเลี่ยงชิม จึงบอกกลับไป *"ฉันยังไม่ไปเพราะยังธุระไม่เสร็จ"*

ปกตินางเลี่ยงชิมจะเป็นคนใจบุญ ถือศีล กินเจ และใส่บาตรเป็นนิจ พอชายคนนั้นไป ลูกๆ ได้ยินแม่พูดคนเดียว *"ธุระไม่เสร็จๆ"* ย้ำหลายๆ ครั้ง ลูกๆ ถามแม่ว่า *"แม่พูดกับใคร"* แม่ตอบว่า *"เอ็ง....ไม่เห็นหรือ? มีคนเอารถเก๋งมารับแม่ แต่แม่บอกธุระไม่เสร็จทั้งยังกล่าวต่อไปอีกว่า" "ธุระเสร็จเมื่อไรแม่จะไปกับเขา"* ลูกๆ ทุกคนแอบร้องไห้ เพราะอาลัยแม่ คิดว่าอย่างไรก็คงเป็นลางสังหรณ์แน่นอน

พอรุ่งขึ้น วันที่ 24 มิถุนายน 2503 แม่ตื่นนอนแต่เช้าอาบน้ำแต่งตัวหวีผมเรียบร้อยแม่ก็เห็นมีชายสองคน ขับรถเก๋งมารับอีก แต่ไม่ใช่ชุดเมื่อวานนี้ แม่รีบตอบทันที *"เสร็จแล้วไปด้วย"* แล้วแม่ หันมาบอกลูก *"รถมารับแม่จะไปกับเขานะ"*

จากนั้นแม่แต่งชุดขาวอย่างที่เคย ตรงไปนั่งสมาธิแล้วขึ้นเตียงนอน จากนั้นหันมาคุยกับลูกหลานธรรมดาคุยเป่เรื่อยๆ คุยไปชักสั้นๆ เข้าทุกที ในที่สุดแม่คุยไม่รู้เรื่อง แล้วหลับไปไม่ตื่นอีกเลย

ทำบุญสิ่งใดได้สิ่งนั้น

พระมหาสิริ ฐานยุตโต เปรียญ 7 วัดบุปผาราม ได้เล่าไว้ในหนังสือว่า สามารถพิสูจน์บุญบาปได้ในปัจจุบัน คือ ในปี พ.ศ. 2497 มีอุบาสิกาถนอม บ้านอยู่ใกล้วัดบุปผาราม กทม. เป็นคนเข้าวัดฟังธรรม และสนใจในพระพุทธศาสนามาก เล่าเรื่องของเขาให้ฟังว่า เหตุที่ทำบุญและฟังธรรมนี้เนื่องมาจากได้พบเห็นเหตุการณ์แปลกประหลาดมาด้วยตนเอง คือเมื่อตอนอายุได้ 16 - 17 ปี มารดาเคยสอนให้เข้าวัดทำบุญ และใส่บาตรเสมอๆ แต่เรื่องตักบาตรนั้นตนไม่ยอมทำ เพราะอายพระ แต่เรื่องทำบุญนั้นทำเสมอๆ มีอยู่วันหนึ่งแม่ป่วยลุกขึ้นไม่ไหว จึงสั่งให้ลูกๆ ใส่บาตร ลูกมองพบกล้วยไข่ หนูกัดแล้วตัดทิ้งไปใส่บาตรไป 2 ลูกครึ่ง และข้าว 1 ทัพพี ไข่ต้ม 1 ฟอง

ต่อมาไม่ช้าแม่ก็ถึงแก่กรรมด้วยโรคชรา ตนก็ไปใส่บาตรเพราะเป็นสาวแก่ อายพระแต่ทำบุญตลอด เมื่อมีคนมาเรี่ยไร ต่อมาตนป่วยไปรักษาที่โรงพยาบาลราชบุรี นายแพทย์สมนึกให้การรักษา ในขณะที่นอนป่วยอยู่นั้น ฝันไปว่าไปพบแม่แต่งตัวสวยอยู่บ้านหลังใหญ่ เป็นสาวขึ้น มีคนมาก ตนจึงเดินไปพบแม่ คุยกับแม่ แม่บอกว่า *"อยู่สบายดี ไม่ต้องห่วง"* คุยกันอยู่นานแม่ถามว่า *"หิวไหม? ไปหาอะไรกินซิอยู่บนโต๊ะ" คนมองไปที่โต๊ะอาหารมีควันขึ้นแสดงว่าร้อนๆ อยู่ที่เดียว"* ตนจึงรีบไปเพื่อจะทานอาหารนั้น แต่หยิบอะไรไม่ได้สักชิ้นเดียว

จะหยิบชามก็ติดแน่น หยิบช้อนก็ติดแน่น แม่จึงบอกว่า "งั้นไปในครัวซิ...ของของเอ็งคงอยู่ในครัวนั้น ตนก็รีบไปในครัวพบกล้วยไข่ 2 ลูกครึ่ง ข้าว 1 ทัพพี ไข่ 1ฟอง น้ำตาก็ร่วงพรูสำนึกได้ว่า ตนไม่ได้ทำบุญเอาไว้ แม่จึงบอกลูกว่า *"เห็นไหมลูกไม่ได้ทำบุญเอาไว้ ลูกจะกินไม่ได้ ลูกกลับไปคราวนี้ จงทำบุญมาก ๆ และให้ใส่บาตรเสมอ ๆ ลูกจะได้มีกินร้อน"* เสร็จตกใจตื่นขึ้นมา ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมาจึงทำบุญใส่บาตรเป็นประจำ

เตรียมตัวก่อนตาย

ภาษิตครั้งสุดท้ายของคนที่ใกล้จะตาย ตามหลักพระอภิธรรมท่านว่า มรณะสันวิถี (คือเส้นทางของการตาย) จะปรากฏในอดีตของตนอีกครั้งหนึ่ง ซึ่งจะเป็นในลักษณะของกรรม คือการกระทำของตนเองจะรู้ดี หรือชั่ว เป็นลักษณะของกรรมนิมิต จะเป็นภาพจูงใจให้นึกถึง การกระทำเดิมของตนอีกอย่างก็จะเป็นลักษณะคตินิมิต คือ หมายความว่า ผู้ตายจะเกิดใหม่ จะดีหรือไม่ดีอย่างไร อาการของเหล่านี้อย่างใดอย่างหนึ่งจะต้องปรากฏในจิตแน่นอน ให้ผู้ตายยึดถือเป็นอารมณ์ในขณะที่บังเกิดจุดจิตนั่นแหละ

อาการตายของคนเรานั้น เมื่อใกล้จะตายจริงแล้วจะไม่พูด ไม่ปรากฏอะไรให้รู้ นอกจากคนปฏิบัติธรรมบางคน

ความรู้เกี่ยวกับงานทะเบียนทั่วไป

ทะเบียนทั่วไป ได้แก่ ทะเบียนครอบครัว พินัยกรรม มูลนิธิ เป็นต้น

การจดทะเบียนสมรส

คุณสมบัติของผู้ที่จะจดทะเบียนสมรส

๑. มีอายุ ๑๗ ปีบริบูรณ์ขึ้นไป

๒. ไม่เป็นบุคคลวิกลจริตหรือไร้ความสามารถ

๓. ไม่เป็นญาติสืบสายโลหิตโดยตรงขึ้นไปหรือลงมา ไม่เป็นพี่น้องร่วมบิดามารดาหรือร่วมแต่บิดาหรือมารดา

๔. ผู้รับบุตรบุญธรรมจะสมรสกับบุตรบุญธรรมไม่ได้

๕. ไม่เป็นคู่สมรสกับบุคคลอื่น

๖. หญิงหม้ายจะสมรสใหม่ได้ต่อเมื่อการสมรสครั้งก่อนสิ้นสุดไปแล้วไม่น้อยกว่า ๓๑๐ วัน **เว้นแต่**

๖.๑ คลอดบุตรแล้วในระหว่างนั้น

๖.๒ สมรสกับคู่สมรสเดิม

๖.๓ มีใบรับรองแพทย์ว่ามิได้ตั้งครรภ์

๖.๔ ศาลมีคำสั่งให้สมรสได้

การจดทะเบียนหย่า

วิธีการจดทะเบียนหย่ามี ๒ ประเภท คือ

๑. การจดทะเบียนหย่าโดยความยินยอมของทั้ง ๒ ฝ่าย ได้แก่

๑.๑ การจดทะเบียนหย่า ณ สำนักทะเบียนแห่งเดียวกัน

๑.๒ การจดทะเบียนหย่าต่างสำนักทะเบียน

๒. การจดทะเบียนหย่าตามคำพิพากษาของศาล

ขั้นตอนการจดทะเบียนหย่า

๑. คู่หย่ายื่นคำร้องต่อนายทะเบียนพร้อมกัน ณ เขต/อำเภอ ใดก็ได้โดยไม่ต้องคำนึงถึงภูมิลำเนาของคู่หย่าหรือสถานที่จดทะเบียนสมรส

๒. กรณีคู่หย่าไม่สามารถยื่นคำร้องพร้อมกัน ณ เขต/อำเภอ เดียวกันได้ เช่น ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีภูมิลำเนาอยู่ต่างประเทศให้คู่หย่าตกลงกันก่อนว่าฝ่ายใดจะเป็นผู้ยื่นคำร้องก่อนหรือหลัง และแต่ละฝ่ายจะยื่นคำร้อง ณ เขต/อำเภอใด โดยยื่นคำร้องต่อนายทะเบียนตามที่ได้ตกลงกันไว้

๓. กรณีศาลมีคำพิพากษาถึงที่สุดให้หย่าขาดจากกันแล้ว คู่หย่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะยื่นคำร้องขอจดทะเบียนการหย่าเพียงฝ่ายเดียวก็ได้

๔. เมื่อได้จดทะเบียนหย่าแล้ว นายทะเบียนจะออกหลักฐาน “ใบสำคัญหย่า” (คร.๗) ไว้เป็นหลักฐาน

หลักฐานที่ต้องนำไปแสดง

๑. บัตรประจำตัวประชาชนและสำเนาทะเบียนบ้าน

๒. ใบสำคัญการสมรสตัวจริงทั้ง ๒ ฉบับ

๓. หนังสือรับรองการหย่า (ขอที่เจ้าหน้าที่)

๔. สำเนาคำพิพากษาถึงที่สุด และคำรับรองว่าถูกต้อง (กรณีจดทะเบียนการหย่าตามคำพิพากษา)

** จดทะเบียนสมรส, หย่า ที่เขต/อำเภอใดก็ได้ เมื่อจดทะเบียนสมรส, หย่าแล้ว ให้ฝ่ายหญิงนำ "ใบสำคัญการสมรส" (คร.๓) หรือ "ใบสำคัญการหย่า" (คร.๗) แล้วแต่กรณีไปขอเปลี่ยนชื่อสกุลตามสามี (กรณีสมรส) หรือใช้ชื่อสกุลเดิมของตน (กรณีหย่า) ที่ฝ่ายทะเบียนเขต/อำเภอ ที่มีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้านและทำบัตรประจำตัวประชาชนใหม่*

การจดทะเบียนรับบุตรบุญธรรม

หลักเกณฑ์

ผู้รับบุตรบุญธรรมต้องมีอายุ ๒๕ ปี บริบูรณ์ขึ้นไป และต้องมีอายุมากกว่าบุตรบุญธรรมอย่างน้อย ๑๕ ปี การจดทะเบียนรับบุตรบุญธรรมแบ่งเป็น ๒ กรณี คือ ผู้เป็นบุตรบุญธรรมบรรลุนิติภาวะ (อายุ ๒๐ ปีบริบูรณ์) และผู้เป็นบุตรบุญธรรมยังไม่บรรลุนิติภาวะ (อายุไม่ถึง ๒๐ ปีบริบูรณ์)

กรณีผู้จะเป็นบุตรบุญธรรมบรรลุนิติภาวะ

- ให้ผู้ที่จะรับบุตรบุญธรรมยื่นคำร้องต่อนายทะเบียนที่ฝ่ายทะเบียนสำนักงานเขต
- ผู้รับบุตรฯ และบุตรบุญธรรมที่มีคู่สมรสต้องนำคู่สมรสมาให้ความยินยอม
- บัตรประจำตัวประชาชนและสำเนาทะเบียนบ้านของผู้รับบุตรบุตรบุญธรรม และคู่สมรส

กรณีผู้จะเป็นบุตรบุญธรรมเป็นผู้เยาว์

- ผู้จะรับเด็กเป็นบุตรบุญธรรม ยื่นเรื่องราวที่ศูนย์อำนวยการรับเด็กเป็นบุตรบุญธรรม (กรมประชาสงเคราะห์) ต้องทดลองเลี้ยงดูเด็กไม่น้อยกว่า ๖ เดือน ***ยกเว้นเป็นญาติพี่น้อง*** มีหลักฐาน คือ

๑. ทะเบียนบ้านผู้ขอรับเด็ก คู่สมรส (ถ้ามี) บิดามารดาเด็ก, เด็ก

๒. ทะเบียนสมรสของผู้รับเด็ก ในกรณีบิดามารดาเด็กจดทะเบียนหย่าต้องนำบันทึกการหย่ามาด้วย

๓. ใบรับรองแพทย์ผู้ขอรับเด็ก, คู่สมรส

๔. รูปถ่ายขนาด ๒ ๑/๒ นิ้ว คนละ ๒ รูป ทุกคนที่เกี่ยวข้อง

๕. สูติบัตรเด็ก

๖. บัตรประจำตัวประชาชนของผู้ขอรับเด็ก, คู่สมรส, บิดามารดาเด็ก

๗. หลักฐานอื่นๆ โดยขอให้ติดต่อที่ศูนย์อำนวยการรับเด็กเป็นบุตรบุญธรรมตึกชัยสมรภูมิภายในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี โทร. ๐-๒๒๔๖-๘๖๕๑, ๐-๒๒๔๗-๕๐๘๔

การทำพินัยกรรม

หลักฐาน

๑. บัตรประจำตัวประชาชน และสำเนาทะเบียนบ้าน

๒. หลักฐานแสดงกรรมสิทธิทรัพย์สินที่จะทำพินัยกรรม

การจดทะเบียนรับรองบุตร

- บิดาเป็นผู้ยื่นคำร้อง
- สำเนาทะเบียนบ้าน และบัตรประจำตัวประชาชนของบิดามารดาเด็ก
- สูติบัตรและสำเนาทะเบียนบ้านของเด็ก
- ให้นำมารดาเด็กและเด็กมาลงลายมือชื่อให้ความยินยอมด้วย

กรณีอื่นๆ ขอตรวจสอบข้อมูลการจดทะเบียนสมรส, หย่า (เฉพาะผู้มีส่วนได้เสีย)

ความรู้เกี่ยวกับงานทะเบียนบัตรประจำตัวประชาชน

การขอมีบัตรประจำตัวประชาชนครั้งแรก

อายุ ๑๕ ปี บริบูรณ์ (ไม่เกิน ๖๐ วัน) นับจากวันเกิด

หลักฐานที่ต้องใช้

๑. ทะเบียนบ้านฉบับเจ้าบ้าน

๒. สูติบัตรหรือหลักฐานที่ทางราชการออกให้ เช่น หลักฐานแสดงผลการเรียน (ป.๐๕) ระเบียนแสดงผลการเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ใบ รบ. เป็นต้น

๓. กรณีขอมีบัตรครั้งแรกอายุเกิน ๑๖ ปีบริบูรณ์

นอกจากใช้เอกสารตามข้อ ๑ และข้อ ๒ แล้วต้องนำเจ้าบ้านหรือบิดามารดาไปให้การรับรองด้วย ปรับไม่เกิน ๕๐๐ บาท

กรณีบัตรเดิมหมดอายุ

หลักฐานที่ต้องใช้

๑. ทะเบียนบ้านฉบับเจ้าบ้าน

๒. บัตรเดิมที่หมดอายุ

ต้องทำบัตรภายในกำหนด ๖๐ วัน นับแต่วันหมดอายุ มิฉะนั้นจะ

ต้องเสียค่าปรับไม่เกิน ๒๐๐ บาท และสามารถที่จะขอทำบัตรก่อนบัตรหมดอายุ ๖๐ วัน

กรณีได้รับการยกเว้นไม่ต้องมีบัตร

หลักฐานที่ต้องใช้

๑. ทะเบียนบ้านฉบับเจ้าบ้าน

๒. หลักฐานที่แสดงว่าเป็นบุคคลที่ได้รับการยกเว้น เช่น บัตรประจำตัวข้าราชการ

กรณีบัตรฯ สูญหายหรือถูกทำลาย

หลักฐานที่ต้องใช้

๑. ทะเบียนบ้านฉบับเจ้าบ้าน

๒. แจ้งความบัตรหายที่ฝ่ายทะเบียน สำนักงานเขต (ยกเลิกการแจ้งความที่สถานีตำรวจแล้ว)

๓. กรณีพนักงานเจ้าหน้าที่ตรวจสอบหลักฐานการขอมีบัตรเดิมไม่พบให้นำหลักฐานเอกสารที่ทางราชการออกให้ เช่น วุฒิการศึกษา ใบขับขี่ หนังสือเดินทาง ฯลฯ และเจ้าบ้านหรือบุคคลที่น่าเชื่อถือได้ให้การรับรอง หรืออาจต้องไปติดต่อที่ส่วนบัตรประจำตัวประชาชน สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง (ตั้งอยู่ที่นางเลิ้ง) เพื่อขอข้อมูลการทำบัตรฯ

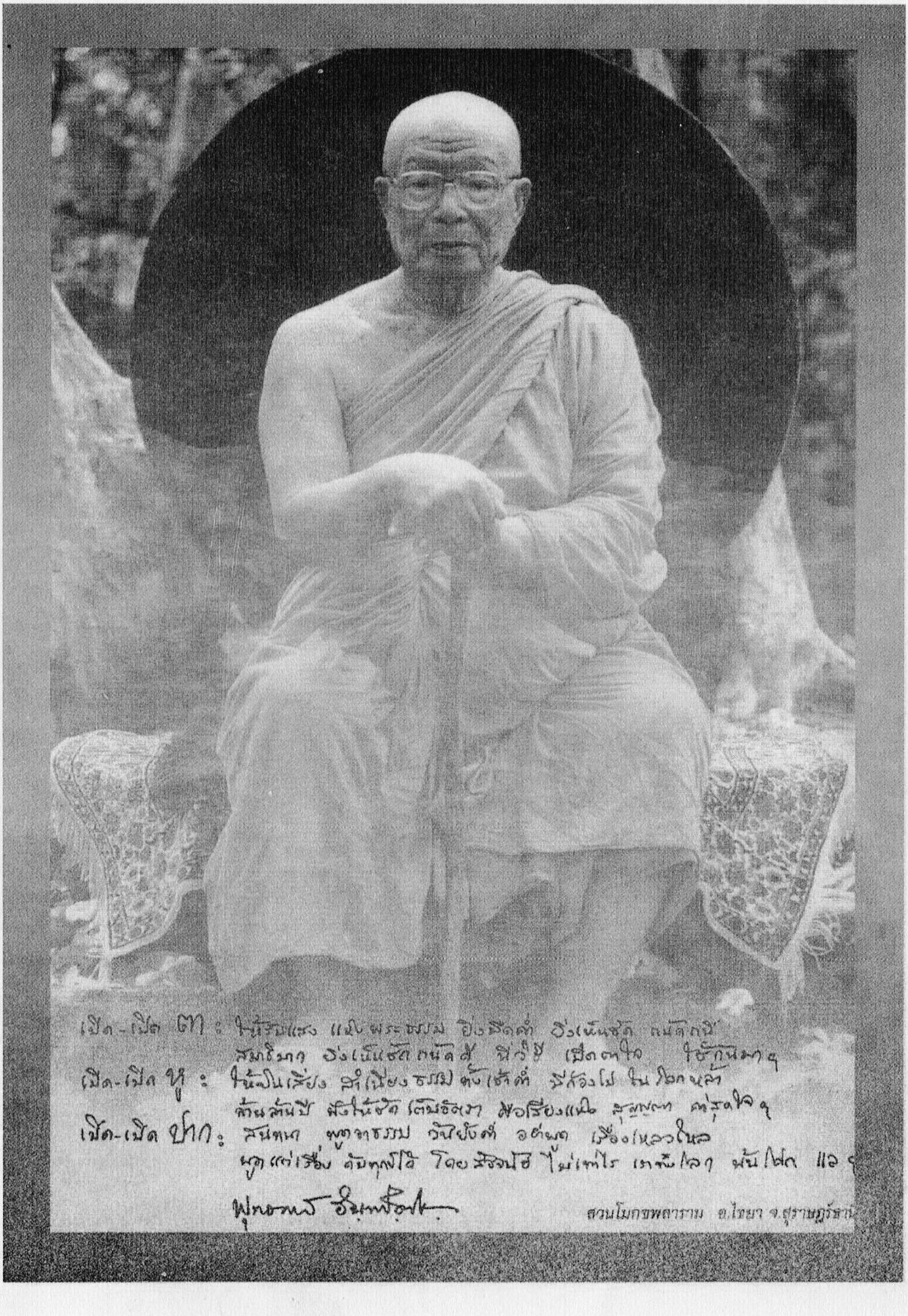
กรณีเปลี่ยนชื่อตัวหรือชื่อสกุลหรือชื่อตัวและชื่อสกุล

หลักฐานที่ต้องใช้

๑. ทะเบียนบ้านฉบับเจ้าบ้าน

๒. บัตรประจำตัวประชาชนเดิม

๓. หลักฐานการเปลี่ยนชื่อตัว หรือชื่อสกุล หรือชื่อตัวและชื่อสกุล


เปิด-เปิด ตา : ให้รับแสง แห่งพระธรรม ยิ่งมืดค่ำ ยิ่งเห็นชัด ถนัดถนี่
สมาธิมา ยิ่งเห็นชัด ถนัดดี ที่วิถี เปิดตาใจ ให้รู้กันมา ฯ
เปิด-เปิด หู : ให้ได้ยินเสียง สำเนียงธรรม ทั้งเช้าค่ำ มีก้องไป ในโลกหล้า
ค้นสั้นนี้ ฟังให้ชัด เต็มอัตรา ฟ้องเรียงแจ้ง สุญญตา ค่าสุดใจ ฯ
เปิด-เปิด ปาก : สนทนา พูดจาธรรม วันยังค่ำ อย่าพูด เรื่องเหลวไหล
พูดแต่เรื่อง ดับทุกข์ได้ โดยเร็วพลัน ไม่เท่าไร เพราะเวลา มันใกล้ แล ฯ
พุทธทาส อินทปัญโญ
สวนโมกขพลาราม อ.ไชยา จ.สุราษฎร์ธานี

(มงคลชีวิต)

อย่านอนตื่นสาย	อย่าอายทำกิน
อย่าหมิ่นเงินน้อย	อย่าคอยวาสนา
อย่าเกรงกลัวงานหนัก	อย่าสุขจนลืมตัว
อย่าเสวนาคนชั่ว	อย่ามั่วอบายมุข
อย่าสุกก่อนห่าม	อย่าพล่ามก่อนทำ
อย่ารำก่อนเพลง	อย่าข่มเหงผู้น้อย
อย่าคอยแต่ประจบ	อย่าคบแต่เศรษฐี
อย่าดีแต่ตัว	อย่าชั่วแต่คนอื่น
อย่าฝ่าฝืนกฎระเบียบ	อย่าเอาเปรียบสังคม
อย่าชื่นชมคนผิด	อย่าคิดเอาแต่ได้
อย่าใส่ร้ายคนดี	อย่ากล่าววจีมุสา
อย่านินทาพระเจ้า	อย่าขลาดเขลาเมื่อมีทุกข์
อย่าพิทักษ์พาลชน	อย่าลืมตนเมื่อมั่งมี

ของฝากสำหรับท่านที่เป็นลูกทั้งหลาย

พ่อแม่ก็แก่เฒ่า จำจากเจ้าไม่อยู่นาน
จะพบจะพ้องพาน เพียงเสี้ยววารของคืนวัน
ใจจริงไม่อยากจาก เพราะยังอยากเห็นลูกหลาน
แต่ชีพมิทนทาน ย่อมร้าวรานสลายไป
ขอเถิดถ้าสงสาร อย่ากล่าวขานให้ช้ำใจ
คนแก่ชะแรวัย ย่อมเผลอไผลเป็นแน่นอน
ไม่รักก็ไม่ว่า เพียงเมตตาช่วยอาทร
ให้กินและให้นอน คลายทุกข์ผ่อนพอสุขใจ
เมื่อยามเจ้าโกรธบึ้ง ให้นึกถึงเมื่อเยาว์วัย
ร้องไห้ยามป่วยไข้ ได้ใครเล่าเฝ้าปลอบโยน
เฝ้าเลี้ยงจนเติบใหญ่ แม้นเหนื่อยกายก็ยอมทน
หวังเพียงจะได้ผล เติบโตจนสง่างาม
ขอโทษถ้าทำผิด ขอให้คิดทุกโมงยาม
ใจแท้มีแต่ความ หวังคอยช่วยอำนวยชัย
ต้นไม้ที่ใกล้ฝั่ง มีหรือหวังอยู่นานได้
วันหนึ่งคงล้มไป ทิ้งฝั่งไว้ให้วังเวง

"บุญเราไม่เคยสร้าง...
ใครที่ไหนจะมาช่วยเจ้า".... !

"ลูกเอ๋ย ก่อนจะเที่ยวไปขอบารมีหลวงพ่อองค์ใด เจ้าจะต้องมีทุนของตัวเองคือบารมีของตนลงทุนไปก่อน เมื่อบารมีของเจ้าไม่พอจึงค่อยขอยืมบารมีคนอื่นมาช่วย มิฉะนั้นเจ้าจะเอาตัวไม่รอด เพราะหนี้สินในบุญบารมีที่เที่ยวไปขอยืมมาจนพ้นตัว...เมื่อทำบุญทำกุศลได้บารมีมา ก็ต้องเอาไปผ่อนใช้หนี้เขาจนหมด ไม่มีอะไรเหลือติดตัว...แล้วเจ้าจะมีอะไรไว้ในภพหน้า หมั่นสร้างบารมีไว้...แล้วฟ้าดินจะช่วยเอง"....!

จงจำไว้นะ...เมื่อยังไม่มีถึงเวลาเทพเจ้าองค์ใดจะคิดช่วยเจ้าไม่ได้...ครั้นถึงเวลา...ทั่วฟ้าจบดินก็ต้านเจ้าไม่อยู่... จงอย่าไปเร่งเทวดาฟ้าดินเมื่อบุญเราไม่เคยสร้างไว้เลย จะมีใครที่ไหนมาช่วยเจ้า..."

นี่คือคำเทศนาของเจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต) พรหมรังษี ที่ได้โปรดชี้ธรรมไว้ในนิมิตรหลังจากที่ท่านล่วงลับไปแล้ว เมื่อ 100 กว่าปี อันเป็นปฐมเหตุที่ต้องสร้างความดีอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

รำพึงตน

ยามเมื่อ ชราร่าง อ้างว้างจิต
คนึงนิจ ใฝ่หา ที่อาศัย
พอเป็นที่ พักผ่อน หย่อนกายใจ
หลังจากได้ ตรำงาน มานานปี

ที่พักกาย หาได้ ไม่ยากนัก
แต่ที่พักใจ สิลำบาก แม้อยากหนี
กิเลสล้น พ้นท่วม ทับทวี
อยากจะคลี่ คลายปลด ลดจำนวน

จะเข้าวัด ลัดทาง สงบสุข
แต่ตัวทุกข์ ตามหรือไม่ ใคร่สอบสวน
พบมนุษย์ ก็ต้องพบ สิ่งรบกวน
มีมากมวล โลภโมห์ โทโสร้าย

สู้สำรวม กายใจ ใฝ่ธรรมะ
หมั่นชำระ จิตสะอาด สมมาดหมาย
เลิกหลงโลก โศกรัก จักสบาย
เหตุทั้งหลาย แหล่แท้ เกิดแต่ใจ

กินเป็น ลืมป่วย

หลักการพึ่งตนเองขั้นพื้นฐาน เป็นการดูแลสุขภาพตัวเองไม่ให้เจ็บป่วยซึ่งเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานที่ทุกคนควรกระทำ เพื่อไม่ต้องรอเวลาที่จะเจ็บป่วยแล้ว โยนภาระไปให้หมออย่างเดียว ถ้าเริ่มต้นสนใจดูแล และใส่ใจสุขภาพ ตอนนี้ก็ยังเรียกได้ว่าไม่สายเกินไป ที่จะแก้ไขปัญหาสุขภาพของเราเอง ดีกว่าจะปล่อยให้เวลาผ่าน ไปแต่ละวันแล้วเกิดเจ็บป่วยมากขึ้น จนยากที่จะย้อนกลับมาแก้ไขได้

ความสำคัญของอาหารมื้อเช้า

การไม่กินอาหารเช้า เป็นเหตุพื้นฐานที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วย ที่เรามองข้ามไป คิดว่าเป็นเรื่องธรรมดาที่เคยปฏิบัติอยู่เป็นประจำไม่เห็นจะเป็นอะไรเลย อาหารมื้อเช้าเป็นอาหารมื้อที่สำคัญที่สุด ที่ร่างกายต้องการสารอาหารในช่วงเวลา 07.00 09.00 น. ระหว่างเวลานี้สมองและใบหน้าของคนเราต้องการเลือดและออกซิเจน เป็นอาหารบำรุงส่งไปเลี้ยงสมอง ถ้าไม่กินข้าวเช้า ก็จะไม่มีเลือดมารับออซิเจน ส่งขึ้นไปเลี้ยงสมอง เพราะสมองต้องการกรดอะมิโนไปบำรุงเซลล์สมองรวมถึงวิตามินบี 1 , บี6 , และบี 12 มื้อเช้าถ้าไม่มีเวลาจริง ๆ ก็ควรกิน

สูตร โยเกิต + นมสด + น้ำผึ้ง + มะนาว และกล้วย 1 ลูก

สาเหตุที่เลือดไปเลี้ยงสมองได้น้อย

- กระดูกคอข้อที่หนึ่งเคลื่อนไปเบียดทับเส้นประสาท หรือเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงสมอง
- กินอาหารที่ผัดน้ำมันบ่อยเป็นเวลานานแล้วเกิดไขมันเกาะตัวเหนียวสะสมในลำไส้ ก็มีโอกาสที่เลือดไปเลี้ยงสมองได้น้อย เพราะระบบดูดซึมเสียและถุงน้ำดีข้น
- มีพยาธิลำไส้ พยาธิผิวหนัง
- การไม่กินอาหารเช้าก็เป็นสาเหตุที่เลือดไม่เลี้ยงสมอง

เลือดไปเลี้ยงสมองไม่พอ หรือเลือดไปเลี้ยงสมองได้น้อย จะเริ่มมีอาการดังต่อไปนี้ เช่น ผมร่วง หน้าแก่เร็ว คออักเสบง่าย นอนไม่ค่อยหลับ นอนไม่เต็มอิ่ม ฝันบ่อย ปวดไหล่ ตื่นกลางดึกบ่อย ๆ ปวดหลังข้างเดียว ปวดหัวสองข้าง ปวดหูปวดระบอกตาเป็นไซนัส เหงือกบวม เจ็บคอ เจ็บลิ้น

ปวดชายโครง ปวดหลัง ปวดเข่า กระดูก สะโพกจะเคลื่อนได้ง่าย ปวดสะโพก ปวดข้อเท้า หลังเท้า วิตกกังวล

อาจมีอาการที่ละอย่าง หรือหลายอย่างพร้อมกัน

สมองส่วนหน้า สมองส่วนกลาง สมองส่วนหลัง อยู่กันคนละส่วน แต่มีเซลล์ประสาทกลุ่มเดียว ที่ควบคุมการไหลเวียนของเลือดทั้งสามส่วน

เลือดไปเลี้ยงสมองส่วนหน้าได้น้อย

วันข้างหน้าก็จะมีหินปูน เกาะที่สมองส่วนหน้า แล้วจะมีอาการนอนไม่ค่อยหลับ เป็นเหตุให้ ตาเป็นต้อ จอประสาทตาเริ่มเสื่อม ปัสสาวะบ่อย เป็นฝ้า หน้าดำ

เลือดไปเลี้ยงสมองส่วนกลางได้น้อย

จะมีอาการง่วงนอนบ่อย หรือง่วงนอนทั้งวัน ปวดเมื่อยเนื้อตัว ปวดส้นเท้าขี้โมโห ท้องอืด อาหารไม่ย่อย ต่อไปวันข้างหน้าความจำจะเสื่อม เริ่มจำไม่ค่อยได้ แต่ความจำระยะยาว คือเรื่องเก่าๆ ยังจำได้ ส่วนความจำระยะสั้น คือเรื่องใหม่ๆ ในปัจจุบันจะจำไม่ค่อยได้ หลงๆ ลืมๆ พูดวนไปวนมาความจำ จะเสื่อมลงไปเรื่อย ๆ

เลือดไปเลี้ยงสมองส่วนหลังได้น้อย

จะมีอาการเขนขาไม่ค่อยมีแรง เดินไม่ค่อยไหวตอนตื่นนอนบางครั้ง จะมีอาการแขนขาตายเหมือนผีอำ ขยับตัวไม่ค่อยได้

สมองเสื่อม

จากงานวิจัยในประเทศไทย พบว่าข้างหน้าอีกประมาณ 4 -5 ปี จะมีผู้ป่วยเป็นโรคสมองเสื่อมถึง 9 ล้านคน เมื่อเราทราบอย่างนี้แล้ว ก็มาหาทางบำรุงสมองกันดีกว่า เพื่อป้องกันไม่ให้สมองเสื่อมก่อนเหตุอันควร ซึ่งเมื่อเป็นแล้วจะเป็นภาระกับคนในครอบครัวอย่างมาก ที่จะต้องมาคอยดูแลอยู่ตลอดเวลา

สาเหตุอาจเกิดมาจากเลือดไม่ไปเลี้ยงสมอง เพราะกินอาหารผัดน้ำมัน เป็นประจำติดต่อกันหลายปี น้ำมันจะเกาะผนังลำไส้ ทำให้ดูดซึมสาอาหารที่เป็นประโยชน์ไปเลี้ยงสมองไม่ได้

วิธีดูแลสมอง เช่น

1. ขับถ่ายระหว่างเวลา 05.00 – 07.00 น.

2. กินอาหารเช้าระหว่าง 07.00 -09.00 น. เพื่อให้เลือดรับสารอาหารไปเลี้ยงสมอง **และกินโยเกิต + นมสด + น้ำผึ้ง + มะนาว ระหว่างเวลา** 13.00 15.00 น. เพื่อเปลี่ยนขยะในลำไส้เล็กให้เป็นบี 12 แล้วส่งไปบำรุงสมอง

3. ล้างระบบดูดซึมด้วยสูตรมะละกอดิบต้มน้ำชงชา

4. ใช้กระเจี๊ยบแดงแห้งหรือสด ต้มกับพุทราจีน ใช้ดื่มน้ำเพื่อล้างหลอดเลือดเป็นประจำ

5. กินน้ำกระชาย แล้วกินน้ำใบบัวบกตาม จะส่งบำรุงสมองได้โดยตรง และผลไม้ชื่อลูกไข่เน่าเป็นผลไม้ที่บำรุงสมองได้ดีมากหรือคื่นฉ่าย เม็ดลูกบัว , ลูกแปะกวย

6. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ

ก่อนที่จะกินอาหารอะไรเข้าไปบำรุง ให้นึกถึงว่าลำไส้เราได้ล้างบ้างหรือยัง ถ้ายังไม่เคยล้าง

ควรใช้สูตร มะละกอดิบต้มน้ำ ชงชาล้างลำไส้เป็นประจำ

วิธีกดนิ้วเพื่อให้เลือดเลี้ยงเสมอป้องกันสมองเสื่อม

ใช้นิ้วโป่ง กดที่นิ้วชี้ 2 ครั้ง

ใช้นิ้วโป้ง กดที่ นิ้วกลาง 1 ครั้ง

ใช้นิ้วโป้ง กดที่ นิ้วนาง 3 ครั้ง

ใช้นิ้วโป้ง กดที่ นิ้วก้อย 4 ครั้ง

แล้วทำกลับ โดยมากดที่นิ้วนาง 3 ครั้ง

กดที่นิ้วกลาง 1 ครั้ง

กดที่นิ้วชี้ 2 ครั้ง

เป็นการจบเท่ากับ 2 ชุด รวมเป็น 1 ชุด พอเริ่มชุดที่ 2 ให้กดนิ้วกลาง 1 ครั้ง ต่อไปเลย ทำอย่างนี้ให้ได้ 50 ชุดต่อวัน

ความสัมพันธ์ของสมองกับปลายนิ้วมือ จะเกิดพลังงานครบวงจรของเขาเอง เป็นการกระตุ้นให้หลั่งสาร เอนโดรฟิน

ฝึกการหายในเข้างอย่างช้าๆ ให้พุงป่องออก แล้วหายใจออกให้พุงยุบลง (หายใจลึกๆ) เป็นการไปกระตุ้นเซลล์สมอง ที่คุมโปรแกรมความจำที่ดีงามในอดีต หรือ ปัจจุบัน และเป็นการเพิ่มออกซิเจนให้ปอดกับสมอง

ในทางตรงกันข้ามถ้าหายใจถี่ ๆ ตื้น ๆ เร็ว ๆ จะเป็นการกระตุ้นเซลล์สมองกลุ่มที่บันทึกเรื่องไม่ดีเอาไว้ให้ออกมาใช้งานจึงควรฝึกหายใจช้าๆเพื่อกระตุ้นเซลล์สมองกลุ่มที่บันทึกเรื่องดี ๆออกมาใช้งานเป็นวิธีป้องกันสมองเสื่อมได้อีกวิธีหนึ่ง

อาหารผัดน้ำมัน

ในน้ำมันที่ประกอบอาหาร ถ้ามีส่วนประกอบของน้ำมันปาล์มอยู่ด้วยไม่ควรนำมาเข้าร่างกาย เพราะน้ำมันปาล์ม น่าจะสกัดไปใช้เป็นเชื้อเพลิงอย่างอื่น ถ้าจะบอกว่าน้ำมันปาล์มไม่มีโคเลสเตอรอล ถ้าอย่างนั้นน้ำมันเบนซินก็ไม่มีโคเลสเตอรอล น้ำมันดีเซลก็ไม่มีโคเลสเตอรอลเหมือนกัน แล้วน้ำมนเหล่านี้สมควรเอามากินเล่นได้หรือไม่

ดูจากก้นกระทะและรอบๆ เตาแกส หรือท่อน้ำทิ้งที่ล้างจานจะมีคราบเหนียวของน้ำมันเกาะอยู่ เราก็ล้างมันออกได้ แล้วถ้ากินอาหารผัดน้ำมันเป็นประจำ น้ำมันที่เข้าไปโดนอุณหภูมิของร่างกายที่ 37 องศาตลอดเวลา น้ำมันจะเหนียวเป็นกาวยึดเกาะที่ผนังลำไส้ เป็นเวลานานเข้าก็จะหนาตัวขึ้น ไปขวางทางระบบดูดซึม ระบบดูดซึมของร่างกายจะเสีย แล้วเราจะส่งอะไรเข้าไปล้างมันได้

ระบบดูดซึมเสีย

เมื่อระบบดูดซึมเสีย ลำไส้จะดูดซึมสารอาหารที่เป็นประโยชน์ไปสร้างเม็ดเลือดไม่ได้ กินยา หรือวิตามินก็ไม่ดูดซึม เพราะผ่านชั้นไขมันที่ผนังลำไส้ไปไม่ได้ หรือผ่านไปได้น้อย ต่างกับการให้น้ำเกลือ โดยการฉีดเข้าเส้นเลือด โดยไม่ต้องผ่านระบบดูดซึม แต่ใครจะให้น้ำเกลือได้ทุกวันคงไม่มี

ทุกคนที่เคยกินอาหารผัดน้ำมัน หรือของที่ทอดน้ำมันบ่อย ๆ หรือทุกวันควรจะต้องล้างลำไส้เพื่อ ให้ระบบดูดซึมทำงานได้ดีขึ้น การไม่ล้างลำไส้ ก็เปรียบเสมือนการกินข้าว แล้วไม่ล้างจาน มื้อต่อไปก็ใช้จานใบเก่าใส่ข้าวกินใหม่

สูตรล้างระบบดูดซึม

1. มะละกอดิบต้มน้ำชงชา (ชามะละกอ)

วิธีทำ

ใช้มะละกอดิบปอกเปลือก มาหั่นแบบชิ้นฟัก ใส่หม้อ เติมน้ำต้มให้เดือดแล้วยกลง เอาเฉพาะน้ำมาชงชา ใช้ชาจีน หรือชาเขียวหรือชาใบหม่อนก็ได้ ควรแช่ชาไม่เกิน 5 นาที แล้วกรองชาออก สูตรนี้จะชำล้างไขมันที่เกาะลำไส้ได้ดี ควรทำดื่มเป็นประจำทุกวัน เพราะเรากินอาหารผัดน้ำมันหลายปี

2. โยเกิต+นมสด+น้ำผึ้ง+มะนาว

วิธีทำ

นมสด 1 กล่องเทใส่แก้ว เติมโยเกิตรสธรรมชาติ ครึ่งถ้วยของโยเกิต เติมน้ำผึ้ง และมะนาว ชิมรสชาติตามใจชอบ แล้วตั้งทิ้งไว้สักพักหนึ่งเพื่อให้จุลินทรีย์ขยายตัวแล้วกินความหวานของน้ำผึ้งจะช่วยย่อยไขมันของนมก่อนแล้วจึงค่อยดื่ม จะช่วยล้างลำไส้เล็กได้ดี (ถ้าดื่มเวลา 13.00-15.00น.) จะได้ผลดีมาก เพราะตรงเวลาของลำไส้เล็ก

3. รากหญ้าคา เก๋ากี้ เก็กฮวย ดอกมะลิ ดอกกุหลาย ตะไคร้หอม ต้มรวมกันกินแต่น้ำ เป็นสูตรล้างลำไส้ดีที่สุด

4. บอระเพ็ด ยาว 1 เกียก เติมน้ำ 2 แก้ว แล้วต้มดื่มกินก็ช่วยล้างลำไส้ได้

โรคไต

เกิดมาจากระบบดูดซึมไม่ดี ทำให้อาหารที่กินเข้าไปแล้วมันเข้าตัวไม่ได้ จะถูกส่งไปให้ไตขับทิ้ง ทำให้ไตทำงานหนักมากกว่าปกติเป็นที่คาดการณ์กันว่า ในอีก 5 ปีข้างหน้า จะมีคนต้องรอล้างไตอีก 9 ล้านคน

- ลำไส้เล็กต้องดูดซึมกลุ่มสารอาหารที่จะไปสร้างกรดอะมิโนเพื่อไปสร้างเซลล์ใหม่ในร่างกาย เช่น เซลล์กล้ามเนื้อ เซลล์ประสาท เซลล์กระดูก ได้แก่ โปรตีน วิตามิน ซี, บี1, บี3, บี6
- ลำไส้ใหญ่ต้องดูดซึมกลุ่มสารอาหาร ที่จะไปสร้างเม็ดเลือดเพื่อไปสร้างภูมิคุ้มกันได้แก่ วิตามิน เอ,ซี,อี
- ถ้าลำไส้เล็กดูดซึมไม่หมด ก็จะส่งไปให้ไต

ไต มีหน้าที่กรองเลือดว่าเม็ดไหนหมดอายุแล้ว ก็กรองออกไป เม็ดเลือดที่ยังไม่หมอดายุก็ส่งคืนกลับไป และอื่น ๆ อีกมาก

ไตทำงานหนัก โดยไม่จำเป็น คือ

- กินอาหารรสจัด
- กินอาหารผัดน้ำมันเป็นประจำ
- กินเนื้อสัตว์ แล้วไม่มีวิตามิน ซี, บี1, บี3, บี6 (ซึ่งหาได้จากน้ำกระชาย) มาช่วยเปลี่ยนโปรตีนให้เป็นกรดอะมิโนถึงจะมีประโยชน์ต่อร่างกาย
- เกิดจากความกลัว ขี้ตกใจ ชอบข่มขู่คนอื่น ถ้าเป็นอย่างนี้ร่างกายจะผลิตไขมันมาเอง ให้เป็นไขมันฝ่ายร้าย ถ้าอารมณ์ดี ไม่เครียด มีจิตเมตตาก็จะเป็นไขมันฝ่ายดี (ถ้าดูแลปอดดี ไตก็จะแข็งแรง เมื่อไตแข็งแรง กระดูกก็จะแข็งแรงด้วย)

วิธีดูแลไต

- รู้ว่าเป็นโรคไตแล้ว ควรให้หมอรักษาดีที่สุด
- งดอาหารผัดน้ำมัน
- ล้างลำไส้ หรือระบบดูดซึม เป็นประจำด้วยสูตร

1. มะละกอดิบต้มน้ำ เอาน้ำมาชงชา (ดื่มกิน)

2. โยเกิต + นมสด + น้ำผึ้ง + มะนาว (ดื่มกิน)

3. ใช้เห็ดสามอย่างขึ้นไป นำมาปรุงอาหาร(ห้ามผัดน้ำมัน) อาหารบำรุงไต เช่น น้ำกระชาย เม็ดบัว เห็ดหูหนูดำ ลูกเกด องุ่นดำ ถั่วดำ งาดำ ใบและลูกแปะก๊วย ผลไม้ชื่อลูกไข่เน่า กล้วยตาก ลกสำรอง เฉาก๊วย แก้วมังกร ถั่วห้าสี ผักดอง ผลไม้ดอง

สูตรละลายนิ่วในไต

- กินแกนสัปปะรดวันละ 3 แกน หรือจะปั่นกิน คู่กับใบโหระพาก็ได้ กินจนหายปวดหลัง (สังเกตตัวเอง)
- เหล้าขาว 1 ก๊ง เติมมะนาว 1 ลูก กินก่อนนอน 10 ถึง 20 วัน แล้วหยุดกิน
- รากหมาก รากมะพร้าว รากตาล ลูกใต้ใบ ต้มรวมกันแล้วเอาน้ำมาดื่มเพื่อล้างไต
- ข่า ตะไคร้ใบมะกรูด ใบมะนาว กระชาย หอมแดง ใบสะระแหน่ อย่างละ 1 กำมือ ใส่ในหม้อดิน เติมน้ำให้ท่วม ต้มให้เดือด แล้วยกลงรอให้เย็น กินให้หมดภายใน 1 วัน

ดูแลถุงน้ำดี

- งดอาหารผัดน้ำมัน
- ดื่มน้ำครั้งละน้อย ๆ แต่ดื่มบ่อยครั้ง
- ไม่เครียด ไม่อดนอน
- กินดีบัว (ไส้ในของเม็ดบัว) แบบตากแห้ง กัมกินน้ำ ช่วยบำรุงถุงน้ำดี
- กินลูกเกด (องุ่นตากแห้ง)

ตับ

หน้าที่หลักของตับ ผลิตน้ำดีให้ถุงน้ำดี ช่วยกรองเลือด ส่งเลือดดีเข้าสู่ร่างกาย และส่งเลือดไปที่ไต ล้างสารพิษ และตับยังช่วยย่อยอาหารดูแลผม ขน เล็บ ถ้าตับทำงานหนัก ไตก็มาช่วยทำงาน เมื่อทำงานหนักตับก็จะเสีย ไตก็เสื่อม

ตับทำงานหนัก เพราะกินบ่อย กินผิดเวลา คือมื้อที่ตับรอย่อยอาหาร เช่น อาหารมื้อเช้า เราไม่ได้กินอาหารมื้อเช้า ระหว่างเวลา 07.00 – 09.00 น. แต่ไปกินอาหารเวลาที่ตับเลิกทำงานแล้ว คือหลัง 09.00 น.ตับจะย่อยผิดเวลา กลายเป็นว่า ตับต้องทำงานหนัก หรือกินจุบจิบทั้งวัน และการกินอาหารหนักแล้วเข้านอน

โดยเฉพาะเวลา 01.00 - 03.00 น. ร่างกายต้องนอนหลับสนิท และเป็นเวลาของตับ จะต้องขับสารพิษออกจากร่างกาย ก็ไม่ควรกินอาหารในเวลานี้ ถ้าจะกินก็ควรจะให้เลย 03.00 น. ไปแล้ว

ถึงแม้ไม่ได้กินอะไรจุบจิบ ตับก็ต้องรับอารมณ์โกรธ โมโห อิจฉา หรือเครียด เมื่อมีอารมณ์เหล่านี้ เซลในตับก็จะตายไปเป็น จำนวนมาก ทำให้ตับเสื่อมเร็วขึ้น

เพิ่มภาระตับคือการ โกรกสีผม ทาเล็ก ใช้ยาสระผม ทาปากด้วยเครื่องสำอางที่มีสารเคมีเจือปนอยู่เป็นเวลานอน พอตับมีปัญหา ขอบใต้ตาจะดำ อาหารก็ไม่ค่อยย่อย ท้องจะอืด ลมแน่นท้อง เลือดไม่ไปเลี้ยงกระดูกเชิงกราน มดลูกเริ่มโต เจ็บตึงที่ส้นเท้าผู้ชายก็เป็นต่อมลูกหมากโตได้เหมือนกัน

วิธีล้างสารพิษในตับ

-กินขมิ้นชันก่อนนอน(ไม่จำกัดจำนวน)

-กินเห็ดสามอย่างขึ้นไปปรุงอาหาร ห้ามผัดน้ำมัน แต่ใช้กะทิแทนน้ำมัน จะได้ประโยชน์มากกว่า

-การดูแลตับให้แข็งแรง จะช่วยให้เลือดไหลเวียนดีขึ้น

-งดใช้เครื่องสำอางที่มีสารเคมีกับใบหน้า งดใช้ยาสระผมที่มีสารเคมีกับหนังศีรษะ เพราะสารเคมีจะเข้าไปถึงตับได้โดยตรง

-ผงชูรสหรือโมโนโซเดียมกลูตาเมทจะตกค้างในตับ ทำร้ายตับโดยตรง และทำให้เลือดหนืด

-ไม่กินอาหารระหว่าง ตี 1 ถึง ตี 3 เพราะเป็นเวลาที่ตับต้องขับสารพิษ ถ้ากินอาหารเวลานี้ ตับจะไม่ได้ทำหน้าที่หลัก คือ การขับสารพิษออกจากร่างกาย

*****ถึงจะบำรุงอะไร แต่ถ้าสารพิษตกค้างอยู่ในร่างกาย
ก็ไม่เกิดประโยชน์*****

ปวดเข่าด้านหลัง บริเวณขาพับ สาเหตุมาจากกระเพาะปัสสาวะ เช่น กลั้นปัสสาวะบ่อย หรือ คุมปัสสาวะไม่ได้ กระเพาะปัสสาวะเอง ยังฟ้องเหตุการณ์ในร่างกายได้อีกหลายอย่าง

ถ้าเรามีปัญหากระเพาะปัสสาวะ อาจจะเป็นตัวบ่งชี้ถึงอาการเบาหวาน หรือ มดลูกรังไข่ เรื่องของไต ลำไส้ใหญ่ไม่ดี แล้ว กระเพาะปัสสาวะก็จะมาฟ้องที่ตรงใต้เข่าหลังขาพับ

อารมณ์หวาดกลัวเป็นเหตุให้ปวดเข่าได้ เช่น กลัวอยู่คนเดียว กลัวถูกทอดทิ้ง กลัวลูกหลานไม่เลี้ยง กลัวความสูง กลัวความมืด

ปวดเข่าด้านข้าง แถบด้านนอก

ถ้าปวดบริเวณนี้ ร้าวไปถึงโคนขา ถึงสะโพก สาเหตุมาจากถุงน้ำดีเป็นเหตุ เราก็ตรวจตัวเองดูว่า เรากินน้ำน้อยไปไหม เรากินของผัดน้ำมันบ่อยหรือเปล่า

ปวดเข่าด้านใน (เอาเข่าชนกัน)

- อาจเกิดจากม้าม หรือมีปัญหาของเบาหวาน ความอ้วนหรือกล้ามเนื้อกำลังจะเปลี่ยนเป็นไขมัน ก็จะปวดเข่า ต้องทำให้ไขมันเปลี่ยนเป็นกล้ามเนื้อ โดย กินขมิ้นชันเข้าไปช่วย

- อาจเกิดจากตับ เพราะใช้เครื่องสำอางและยาสระผมยาโกรกผมที่มีสารเคมี หรือ สารพิษเหล่านี้จะลงไปสะสมที่ตับได้โดยตรง หรือการกินอาหารที่มีสารเคมีตกค้าง เช่น สารฟอกขาว สารกันบูด ดินประสิว ผงชูรส บอแรกซ์ หรือเกิดจากการกินหวานมาก ขี้โมโหบ่อย กินอาหารรสจัด

- อาจเกิดจากไต เพราะเรากินอาหารรสจัด เปรี้ยวจัด เผ็ดจัด เค็มจัดเป็นประจำ ไตจึงทำงานหนัก หรือกินอาหารที่ผัดน้ำมันเป็นประจำ ทำให้

ระบบดูดซึมเสีย ก็เป็นเหตุให้ไตทำงานหนัก แล้วมีผลเกี่ยวข้องกับการปวดเข่าได้เช่นเดียวกัน

ถ้าปล่อยให้อวัยวะภายในพวกนี้มีปัญหา จะต้องปวดเข่าแน่นอน ควรหาทางแก้ไขที่ต้นเหตุให้ได้

มะเร็ง

เกิดจากร่างกายได้รับสารเคมีที่ปะปนอยู่ในอาหารหรือเกิดจากเชื้อราอัลฟลาทอกซิน เช่น ถั่วลิสงป่น พริกป่น งาดำป่น ที่ทิ้งไว้เกิด 20 นาที จะเกิดเชื้อราอัลฟลาทอกซิน เข้าไปยึดพื้นที่ และอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์รมควัน หรือ ย่างจนไหม้เกรียม เนื้อสัตว์หมักดินประสิว สารกันบูด สารฟอกสี

เกิดจากฮอร์โมนเพศชาย (เทสโทสเตอโรน) และเพศหญิง (แอสโตรเจน) ที่มีอยู่ในร่างกายทุกคน ทั้งผู้ชายและผู้หญิง ไม่สัมพันธ์ กัน คือ มากไป ห รือน้อยไป (ต้องกินน้ำกระชายเข้าไปปรับสมดุลของฮอร์โมนให้พอดี) หรือเซลล์มะเร็งเกิดขึ้นเองได้จากความเครียดสะสมทำให้เซลล์ฝ่ายดีในร่างกายเสื่อม และตามเร็วขึ้น แต่ตัวเซลล์มะเร็งจะเจริญเติบโตได้รวดเร็ว

ถ้าเราใส่โปรแกรมในจิตใต้สำนึกของเรา ว่าเราเป็นคนอ่อนแอร่างกายก็ไม่ส่งเอนไซม์ไปทำลายเซลล์มะเร็ง ก็ปล่อยให้มันโตขึ้นทุกวัน

ตัวเซลล์มะเร็ง จะดึงโปรตีน และกรดอะมิโนทั่วร่างกายไปใช้ตัวเซลล์ที่เป็นฝ่ายดีที่เริ่มอ่อนแอ เพราะความคิดของตัวเราเองว่าเราเป็นคนอ่อนแต ก็จะไม่มีสารอาหารบำรุงเซลล์ฝ่ายดี เพื่อให้เซลล์ฝ่ายดี หรือเอ็นไซม์ และไขมันไปดับจักและทำลายเซลล์มะเร็ง

<ใช้เห็ดสามอย่างปรุงอาหาร ห้ามผัดน้ำมัน กินเพื่อขับสารพิษในร่างกายเป็นประจำ ป้องกัน มะเร็งตั้งแต่ยังไม่เป็น>

อนุมูลอิสระ คือ สารพิษ

ในร่างกายคนจะต้องมีประจุไฟฟ้าลบ อยู่ในปริมาณมารกวิ่งอยู่รอบ ๆ เซลล์ของร่างกาย ถ้ามีเชื้อโรคเข้ามา ตัวประจุไฟฟ้าลบ จะวิ่งไปเกาะเชื้อโรค ทำให้เชื้อโรคมันระเบิด ประจุไฟฟ้าลบ จึงมีประโยชน์

แต่ถ้าประจุไฟฟ้าลบมีน้อย เวลาเชื้อโรค หรือสารพิษเข้ามามากกว่า มันจะดูดประจุไฟฟ้าลบไปหมด จนเรามีไม่พอ หรือไม่เหลือประจุไฟฟ้าลบ เชื้อดรคมันจะขยายตัวได้ง่าย

ตัวประจุไฟฟ้าลบ หามาได้จากการกิน ผัก, ผลไม้

< การกินเนื้อสัตย์มากไป จะเป็นการดึงงประจุไฟฟ้าลบในร่างกายให้เสียไป >

ตัวประจุไฟฟ้าลบได้จาก อัญมณี แหวนเงิน แหวนทอง หรือที่เรียกว่า โลหะบำบัดเสื้อผ้าใยสังเคราะห์เป็นตัวไปทำลายประจุไฟฟ้าลบ แต่ผ้าไหมไทย ผ้าฝ้าย เป็นตัวไปเพิ่มประจุไฟฟ้าลบตัวประจุไฟฟ้าลบ ได้จากความยึดมั่นในสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ยึดมั่นทำดี จิตใจสงบ

ตัวปรุจุไฟฟ้าลบ ได้จากความอบอุ่นในครอบครัว (สัมผัสบำบัด) หรือได้จากการฟังดนตรี(ดนตรีบำบัด) เพลงบางประเภทจะเพิ่มประจุไฟฟ้าลบ หรือการใช้กลิ่นบำบัด กลิ่น น้ำหอมจะช่วยสร้างประจุไฟฟ้าลบได้เช่น กลิ่นของน้ำปรุงไทยเก่าชนิด (เก้ากลิ่นในขวดเดียว)

ฉะนั้น ถ้าในร่างกายมีประจุไฟฟ้าลบในเลือดมากกว่าบวกเลือดจะสะอาดเลือดมีประจุไฟฟ้าลบน้อยและมีประจุไฟฟ้าบวกมาก ก็กลายเป็นเลือดสกปรกเลือดเป็นพิษ

ดึงสารพิษที่ผิว

ก่อนอื่นต้องล้างระบบดูดซึมก่อนด้วยสูตร **โยเกิต + นมสด + น้ำผึ้ง + มะนาว**หรือมะละกอดิบต้มน้ำชงชากินเพื่อล้างลำไส้เป็นประจำแล้วระบบดูดซึมจะดี ดูดซึมสารอาหารไปกับเส้นเลือดส่งไปเลี้ยงสมอง และใบหน้าได้ดี คืออาหารมื้อเช้าเป็นมื้อสำคัญที่จะเป็นตัวส่งไปให้สมอง

กินอาหารที่มีวิตามิน เอ,ซี, อี, เบต้าแคโรทีน, แอสโตรเจน แล้วมาสังเคราะห์กันเอง เป็นคอลลาเจนขึ้นเองโดยไม่ต้องหามาจากภายนอก เช่น ขมิ้นชันจะมี วิตามิน เอ, ซี, อี, อยู่ครบถ้วน เมื่อเข้าไปแล้วจะทำงานพร้อมกันได้เลย

สูตร 1 ดินสอพอง ครึ่งกิโลกรัม

ขมิ้นชันผง 1 ช้อนชา

ไพลผล 2 ช้อนชา

ทานาคา 3 ช้อนชา(ผลมเสณจแล้วแบ่งมาใช้)

สูตรนี้ใช้พอก เพื่อดูดหินปูน และสารพิษออกมา แล้วบำรุงผิวไปพร้อมกันด้วย ใช้พอกหน้า หรือตามแขนขาได้ทั่วตัว

ขมิ้นชันจะช่วยขับไล่ไรฝุ่น

ถ้าไม่มีทานาคา ให้ใช้กะทิแทนได้

สูตร 2 ดินสอพอง ครึ่งกิโลกรัม

ขมิ้นชันผง 1 ช้อนชา

ไพลผง 2 ช้อนชา

ใช้ขิงสดคั้นเอามาแต่น้ำ ผสมลงไป แล้วพอกตัว ช่วยให้เลือดไหลเวียนดี

สูตร 3 ดินสอพอง ครึ่งกิโลกรัม

ขมิ้นชันผล 1 ช้อนชา

ไพลผง 2 ช้อนชา

น้ำมะขามเปียก หรือน้ำมะเฟือง

คั้นเอาแต่น้ำผสมลงไป ช่วยขับไล่ไรฝุ่น และบำรุงผิว

ทั้ง 3 สูตร จะเติมนมสดหรือ โยเกิต หรือ น้ำผึ้ง หรือมะนาว ลงไปอีกก็ได้ แล้วแต่ว่าชอบแบบไหน ทดลองทำดู

ประโยชน์

- ดึงสารพิษที่ผิวหนัง ดูดหินปูนและสารพิษออกมา
- เป็นการแลกเปลี่ยนทางธรรมชาติ ของเซลล์ผิวเมื่อคายสิ่งที่ไม่ดีออกไป ก็ดูดสิ่งที่ดี กลับเข้ามาชดเชย เป็นการให้อาหารทางผิวโดยตรง โดยปราศจากสารเคมี

ดินสอพองจะทำงานเปรียบเสมือน ปูนที่เข้มข้นเมื่อใช้พอกตัวจะเกิดปฏิกิริยาการดูดหินปูน ที่เจือจางกว่า ตามข้อต่าง ๆ ของร่างกายให้ผ่านออกมาทางรูขุมขน รวมทั้งเซลล์ผิวที่ตายแล้วและสารพิษที่ตกค้างจะถูกดูดออกมาด้วย

<.....สารพิษเข้าสู่ร่างกายทางผิวหนังได้มากกว่าเข้าทางปาก ถึง 700 เท่า.....>

เส้นผม บนศีรษะ

เส้นผมบนศีรษะ ควรเป็นสีดำตามเผ่าพันธุ์ของคนไทย ถ้าโกรกผม ย้อมผม เปลี่ยนสีเป็นสีอื่น จะมีผลต่อหัวใจ ทำให้หัวใจไม่แข็งแรง เพราะสีดำจะช่วยกรองกคลื่นความถี่ที่ทำร้ายหัวใจ และถ้าใช้ยาสระผม ยาย้อมผม รวมถึงการทาปาก การเขียนคิ้ว การทาเล็บ ที่มีสารเคมีเจือปนอยู่ สารเคมีเหล่านี้จะซึมผ่านเข้าชั้นผิวหนังไปถึงเส้นเลือดฝอย และส่งไปสะสมอยู่ที่ตับได้โดยตรง

ควรหาน้ำยาที่เป็นสมุนไพรที่ไร้สารเคมี มาใช้กับผิวหนังจะดีที่สุด ถ้าใช้สารเคมีบ่อย ตับก็จะสะสมไปตลอดชีวิต เป็นเหตุให้เจ็บป่วยได้หลายประการ เช่น ปวดใต้เข่าร้าวไปถึงส้นเท่า ขาไม่มีแรง ปวดที่น่องร้าวไปถึงฝ่าเท้า ผมร่วง

เมื่อเคมีตกค้าง มันจะส่งผลโดยตรงกับสมองส่วนหลัง ซึ่งมีหน้าที่คุม แขนขาเมื่อเคมีตกค้างที่สมองส่วนกลาง แถว ๆ กระหม่อม จะมีผลต่อสมองส่วนที่เก็บความจำ มีผลต่อการย่อยอาหาร ท้องจะอืด ท้องเฟ้อ ง่วงนอนบ่อย หาวนอน นั่งรถก็หลับ ป่วยเรื้อรัง

- ควรจะทำ การดึงสารพิษที่หนังศีรษะและใบหน้า
- กินเห็ดสามอย่าง ปรุงอาหาร ขับสารพิษที่ตับเป็นประจำ กินขมิ้นชันก่อนนอน
- กินหัวไชเท้า ปรุงอาหาร ล้างสารพิษในกระแสเลือด
- ใช้แชมพูสระผมสมุนไพรใบบัวบก

< ใช้ยาสระผม ยาย้อมผม ที่มีสารเคมีกับหนังศีรษะ ก็เท่ากับทำร้ายตับโดยตรง >

< สุขภาพดี ดีกว่าสวยแล้วสุขภาพไม่ดี มีแต่โรคภัยไข้เจ็บ >

ถ้าจะสวยต้องมีเรือน 3 น้ำ 4 เรือน 3 ได้แก่

1. เรือนผม สวยงาม สะอาด

2. เรือนร่าง เรือนกาย ดูแลรูปร่างไม่ให้เป็นพะโลผิวพรรณไม่เศร้าหมอง

3. เรือนชาน จัดบ้านทำความสะอาดจัดระเบียบบ้านให้ดี

น้ำ 4 ได้แก่

1. น้ำใจ มีจิตใจที่อยากจะเห็นคนอื่นพ้นทุกข์ อยากให้มีแต่ความสุข เอื้ออาทร คิดเรื่องดี ๆ

2. น้ำคำ พูดจากอ่อนหวาน จริงใจ ไม่เพ้อเจ้อ ไม่พูดล่อลวง

3. น้ำมือ ทำอาหารให้อร่อย รวมถึงขยันทำงาน ไม่คิด แต่จะสวยแล้วไม่ทำงาน

4. น้ำอดน้ำทน ทั้ง ผู้ชายและผู้หญิงต้องอดทนต่อความเหน็ดเหนื่อยต่อหน้าที่การงาน เมื่อกลับมาบ้านก็ไม่เอาความเครียดจากงานมาทะเลาะกัน ต้องเข้าใจซึ่งกันและกัน

ผู้หญิงระหว่างตั้งครรภ์

สิ่งที่ควรปฏิบัติ

-หลีกเลี่ยง ความวิตกกังวล เรื่องตื่นเต้น จากการฟังข่าวหรือหนังทีวีที่เราใจน่าหวาดกลัว และการทำอะไรรีบเร่ง ลูกในท้องจะได้รับกรรมพันธุ์ทางความคิดติดตัวมาด้วย

เด็กที่เกิดใหม่ในยุคนี้ มักจะมีปัญหาระบบดูดซึมเสียมาตั้งแต่อยู่ในท้องแม่ สาเหตุมาจากแม่กินกอาหารผัดน้ำมันบ่อย หรือ กินทุกวันทำ

ให้ระบบดูดซึมเสียไปขัดขวางการดูดซึมวิตามิน ซี และ บี เพื่อไป สร้างภูมิต้านทานภูมิแพ้

บางคนไม่กินอาหารผัดน้ำมัน แต่เป็นคนตื่นเต้นง่าย ขี้ตกใจและหวาดกลัว ไขมันก็จะผลิตขึ้นมาเองได้ โดยกลไกของร่างกาย ไขมันจะส่งไปถึงเด็กในท้องได้ เป็นสาเหตุให้เด็กเป็นภูมิแพ้

วิธีดูแล

- แม่ควรกิน สูตรโยเกิต+นมสด+น้ำผึ้ง+มะนาว
- งดอาหารผัดน้ำมัน
- ไม่วิตกกังวล ไม่ตื่นเต้นง่าย
- หลังคลอดกินกระเจี๊ยบเขียว เพื่อสมานแผลภายใน
- กินขมิ้นชันเป็นประจำ ช่วยขับน้ำนม และสมานแผลภายใน
- กินน้ำกระชาย เพื่อขับน้ำคาวปลา

ผู้หญิงตั้งครรภ์ ก็กินขมิ้นชันได้ตั้งแต่ลูกอยู่ในท้อง จนคลอดลูก เมื่อให้นมลูกก็ยังกินขมิ้นชันต่อเนื่องได้ ขมิ้นชันและกระเจี๊ยบเขียวช่วยสมานแผลภายใตกลังคลอดให้หายเร็วขึ้น

เมื่อให้นมลูกแม่ก็ควรกินขมิ้นชันด้วย ขมิ้นชันก็จะส่งไปถึงลูกที่กินนมแม่ ไปบำรุงโดยมีสารอาหารที่เป็นประโยชน์ มีวิตามิน เอ, ซี, อี ช่วยให้กระเพาะแข็งแรง ลำไส้ใหญ่แข็งแรง ขับถ่ายดี ระบบย่อยดี ท้องไม่ผูก ผิวพรรณดี เด็กจะอารมณ์ดี ฉลาดไปจนโต

ส่วนเด็กที่ระบบย่อยไม่ดี ขับถ่ายไม่ดี ท้องจะอืด ท้องเฟ้อ ร้องไห้เก่ง ผิวพรรณไม่สวยเป็นภูมิแพ้บ่อย

เมื่อเด็กเล็กกินนมแม่แล้ว เอาขมิ้นชันชงกับนมก็ได้

วิธีชงนมที่ถูกต้อง

ใช้น้ำสะอาดที่ต้มสุกแล้ว ทิ้งไว้ให้เย็น ใช้ชงนมได้เลย ไม่ต้องใช้น้ำริ้น เพราะน้ำร้อนจะทำลายคุณค่าของนม และทำให้นมเป็นไขไปเกาะลำไส้ของเด็ก

ใช้สูตร **โยเกิต + นมสด + น้ำผึ้ง + มะนาว** เด็กกินตั้งแต่ยังเล็กอยู่จะได้ผลดีมาก ได้ ประโยชน์ดีกว่าการชงนมให้เด็กกินอย่างเดียว ถ้าใช้สูตรนี้ เริ่มแรกให้เติมโยเกิต น้ำผึ้ง มะนาว ครั้งละน้อย ๆ ไปก่อน จนเด็กชินในรสชาติแล้ว จึงค่อย ๆ เพิ่มโยเกิต น้ำผึ้ง มะนาว เพราะถ้าเติมมะนาวหลายหยด เด็กจะรู้สึกเปรี้ยว แล้วไม่ยอมกิน ถ้าเด็กยอมกินสูตรนี้แล้วจะเติมขมิ้นชันผล ลงไปเล็กน้อย แล้วค่อย ๆ เพิ่มปริมาณขึ้น กินไปจนโตเข้าโรงเรียนแล้วก็ยังกินได้ แล้วเด็กจะไม่อยากกินนมอย่างอื่น เด็กไม่มีปัญหาเรื่องการขับถ่าย ไม่มีโยเยอารมณ์จะดีเสมอ สมองและความจำดี ผิวพรรณผุดผ่องสดใส ตั้งแต่เด็กจนโต ไม่ค่อยเป็นโรคผิวหนัง ลำไส้แข็งแรง ไม่เป็นริดสีดวงทวาร ถ้ากินสูตรน้ำกระชายตามเข้าไป เด็กจะมีโครงสร้างของกระดูกใหญ่ตัวสูงเร็ว

ชงสูตรโยเกิตแล้ว ถ้าเหลือให้สัตว์เลี้ยงตัวโปรดที่บ้านกินด้วยเขาจะติดใจในรสชาติ ไม่เจ็บป่วยง่าย อารมณ์ของสัตว์เลี้ยงจะดี ไม่มีพยาธิ เพราะเราเติมขมิ้นชันผงลงไปเล็กน้อยเป็นประจำ สังเกตดูว่าเวลาเราชงสูตรโยเกิตนี้ สุนัขและแมวที่เคยกินจะมานั่งรอ อย่าให้สุนัขและแมวกินอาหารเม็ดเลย เพราะมันมีส่วนผสมของน้ำมันปาล์ม กินเข้าไปก็เคลือบลำไส้ระบบดูดซึมก็เสียเหมือนคนนั่นแหละ

ถึงเดือนเหล่านี้ให้ระวังดูแลเป็นพิเศษ

มกราคม	ระวัง	ดูแลปอด
กุมภาพันธ์	ระวัง	ดูแลลำไส้ใหญ่
มีนาคม	ระวัง	กระเพาะอาหาร
เมษายน	ระวัง	ม้าม - ความอ้วน
พฤษภาคม	ระวัง	หัวใจ
มิถุนายน	ระวัง	ลำไส้เล็ก ไขมันเกาะลำไส้
กรกฎาคม	ระวัง	กระเพาะปัสสาวะ ปัญหามดลูกรังไข่ ต่อมลูกหมาก ต่อมไทรอยด์
สิงหาคม	ระวัง	เกี่ยวกับตับ – ไต สาเหตุมาจากลำไส้เล็กมีไขมันเกาะ
กันยายน	ระวัง	เรื่องโคเลสเตอรอล-หลอดเลือด-เยื่อหุ้มหัวใจ
ตุลาคม	ระวัง	ระบบความร้อนในร่างกาย
พฤศจิกายน	ระวัง	ไมเกรน – ถุงน้ำดี
ธันวาคม	ระวัง	เรื่องของตับ

อากาศชื้น	มีผลกับธาตุดินเกี่ยวข้องกับม้าม กระเพาะอาหาร
อากาศเย็น	มีผลกับธาตุน้ำ เกี่ยวข้องกับไต,กระเพาะปัสสาวะ
อากาศแห้ง	มีผลกับธาตุลม เกี่ยวข้องกับปอด,ลำไส้ใหญ่
อากาศร้อน	มีผลกับธาตุไฟ เกี่ยวข้องกับหัวใจ,ลำไส้เล็ก,ระบบหลอดเลือด ระบบความร้อนในร่างกาย
ลมแรง	มีผลกับธาตุไม้ เกี่ยวข้องกับตับ, ถุงน้ำดี

ความเจ็บป่วย จากความคิด 80% มากกว่าการกินแล้วเจ็บป่วย

- คุณคิดอย่างไร?ก็เป็นอย่างที่คิด

  เช่นคิดว่าตัวเองอ่อนแอ เกียจคร้าน ก็เป็นอย่างที่คิด

- คุณพูดอย่างไร?ก็เป็นอย่างที่พูด

  พูดคำหยาบเป็นประจำ ก็เป็นคนหยาบคาย

- คุณกินอย่างไร? ก็เป็นอย่างที่กิน

  กินอาหารที่มีประโยชน์ ร่างกายก็ไม่เจ็บป่วย

- คุณทำอย่างไร?ก็เป็นอย่างที่ทำเช่นนั่งผิดท่า นั่งท่าเดียว เอียงไปข้างใด ข้างหนึ่งเป็นปีๆ ก็ปวดกระดูก

ไม่ไปโรงพยาบาล ไม่กล้าให้แพทย์ตรวจ

หลายคน ไม่ยอมไปตรวจสุขภาพ เพราะไม่มีเวลาที่จะดูแล สุขภาพตัวเอง หรือกลัวรู้ความจริงว่าตัวเองป่วยเป็นอะไร เราไม่ควรหนีความจริง แต่เราพยายามจะหลีกเลี่ยงความเจ็บป่วยให้ได้มากที่สุด ถ้าเกิดเจ็บป่วยแล้วก็ต้องไปพบแพทย์ เพื่อหาสาเหตุให้เจอ แล้วก็แก้ที่ต้นเหตุ

****

รายนามผู้นำพวงหรีดมอบเป็นเกียรติแก่
คุณแม่สนิท สุคันธชาติ

๒๐ มกราคม ถึง ๓๐ เมษายน ๒๕๕๒

---

๑ พลเอก พงศทัศน์ เศวตเศรณี
คุณ นลินรัตน์ นันท์นนท์

๒ พลโท นิพัฒน์โชติ สิทธิชัยนาม

๓ พลโท อนันต์ บัวรา

๔ พลโท ชูศักดิ์ - คุณ สุภัทรา สัยดิวรวุฒิ

๕ พลตรี ชลิต - คุณ อำพร ศรีระเดช

๖ พลตรี สรศักดิ์ - คุณ ดาวน้อย ขาวกระจาง

๗ พันเอก เกรียรติศักดิ์ - คุณ ธมนวรรณ สุคันธชาติ

๘ พันเอก ณรงศักดิ์ - พันเอกหญิง ศสิราพิมพ์ ไกรกุลพงษ์
ผอ.รง.กสย.ศอว.ศอพท.

๙ พันเอก นรเศรษฐ - คุณ สุริวัสสา ขรรทมาศ

๑๐ พันเอก ธีระพงศ - พันโทหญิง อัจฉรา อุไรเลิศ

๑๑ พันเอก วุฒิสถิต - พันเอกหญิง อภิรดี พ่วงเงิน

๑๒ พันเอก เกษม - พันตรีหญิง ชุตินะธร จันเงิน

๑๓ โรงงานต้นแบบ การวิจัยพัฒนาอาวุธ (ศอว.ศอพท.)

๑๔ โรงงานสร้างปืนใหญ่และเครื่องยิงลูกระเบิด

๑๕ ข้าราชการและลูกจ้าง กผผ.ศอว.ศอพท.

๑๖ พันเอก สมพงษ์ คุณ บุษบา ไทรงาม

๑๗ นพส.ทบ.๑๗/๒๗ เหล่าป.(กาญจนบุรี)

๑๘ โรงเรียน เสนา เสนาประสิทธิ์

๑๙ นนส.ปี 27 (รวมเหล่าลพบุรี)

๒๐ พ.ท. ธารา - พ.ต.หญิง ชิดชม เจนมารอด

๒๑ คุณ สวรรค์ - คุณจำเริญ และครอบครัว

๒๒ คุณ จำลอง - คุณ ทับทิม ฤกษ์ยินดี

๒๓ นตท. 26 - จปร - 37

๒๔ คุณ ทวี มงคลชัย และครอบครัว

๒๕ คณะกรรมการวัดเจ้าเจ็ดนอก

๒๖ ข้าราชการแผนกขนส่งกบก.ศอว.ศอพท.

๒๗ พูลสวัสดิ์ - น้ำฝน ถือคง นายกเทศมนตรี ต.เขาพระงาม สจ.ลพบุรี

๒๘ นนส. 17/ 27 รด ศสร.นสร.

๒๙ พ.ท. สราวุธ - จงจิตร ประเสริฐชีวะ

๓๐ นนส. เหล่าแพทย์ ปืนใหญ่

๓๑ กองกำลังพล ศูนย์การทหารปืนใหญ่

๓๒ ข้าราชการกองร้อยรักษาการณ์บกบ.ศอว. ศอพท.

๓๓ พ.อ. ประยุกต์ - พิศมัย อุ่นอบ

๓๔ คุณพ่อ แสวง คุณแม่ สงัด มงคลวัย

๓๕ พ.อ. สายัณห์ - สายฝน อำพันกาญจน

๓๖ ข้าราชการกองบริการ และครอบครัว

๓๗ พันเอก สุรศักดิ์ สุรีย์รัตน์ ภู่กลั่น

๓๘ พ.ท. เอกสิทธิ์ - ภญ.ชนิกา บุญญารักษ์ ผบ.พัน ปฐบ.

๓๙ พ.ท. ชนินทร์ ฉายปัญญา

๔๐ สมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์กองทุนหมู่บ้าน อ.บางไทร

๔๑ พ.ท.เชอดเกียรติ ช.สรพงษ์

๔๒ โรงเรียน จิระศาสตร์วิทยา

๔๓ คณะครู สายชั้นป. 6 รร.จิระศาสตร์

๔๔ ครอบครัวสุคันธชาติ

๔๕ ครอบครัวฉายศิริ

๔๖ สมถวิล ปราณี สุคันธชาติ

๔๗ ทรู แอนด์ กูด เจมส์

๔๘ ครอบครัว คล้ายสุบรรณ์

๔๙ พ.ท. วิชัย - วัชรินทร์ จามาจุรีรักษ์

๕๐ บ. วันชัย เจมส์ จำกัด

๕๑ ครอบครัว สุขสุกรี

๕๒ พ.อ. คมกฤช- รุ่งฤดี วัฒกร

๕๓ ข้าราชการกองพันบริการกองบริการศูนย์การทหารปืนใหญ่

๕๔ ข้าราชการพนักงานลูกจ้าง อบต.บางยี่ไทร
๕๕ พ.อ. กฤษณ์ จันทร์นิยม
๕๖ คณะครู- นักเรียน รร. เมืองใหม่(ชลอราษฎร์รังนสฤชฎ์)
๕๗ พ.อ. ก้อง ชัยณรงค์ และครอบครัว
๕๘ ชัยณรงค์ภรณ์ ไวปิติ และครอบครัว
๕๙ อ. บงกช - วัฒนา กลีบบัวขวัญ
๖๐ พนักงานลายล้าง A
๖๑ ชมรมผู้สูงอายุ บางยี่ไทร
๖๒ ชมรมอาสาสมัครเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ต.บางยี่ไทร
๖๓ ธวัชชัย เกษรสุคนธ์ รองนายกเทศมนตรี
๖๔ ปรีชา มานะยิ่งเมต นายยกเทศมนตรี
๖๕ คณะครู-นักเรียน รร.ค่ายพิบูลย์สงคราม
๖๖ พ.อ.ชุมพล พิมพ์พาภรณ์
๖๗ พ.อ.ประสิทธิ์ - ศิริพร สุขวงค์
๖๘ กำนันทองใบ - อบต.สมคิด โภชชงค์ บางยี่ไทร
๖๙ ด.ต.มานพ เกษรโอสถ
๗๐ ทองอยู่ - กัญจะมา สมาชิก อบต.หมู่ 4 บางยี่ไทร
๗๑ เกษม - วันเพ็ญ ไตรพิจารณ์ ผช.เกษตร จ.สิงห์บุรี
๗๒ วัดเขาวงพระจันทร์ จ.ลพบุรี
๗๓ ซัมมิทควีน สิงห์บุรี
๗๔ นท.ศอว.ศอพท.
๗๕ พ.อ.สมพงษ์ - คุณบุษยา ไทรงาม
๗๖ สมาคมฌาปนกิจ ลูกค้า ธกส.อยุธยา 2 (บางปะอิน)
๗๗ บ.ไฟว์สตาร์ แมชชินทูล จำกัด
๗๘ เพื่อน ร.ร. มัธยม ผดุงวิทยา รุ่น 28/16
๗๙ นนส. ปี 27 ร.31 พัน 2 รอ.
๘๐ ซัมมิท-ควีน บางสะพานน้อย ประจวบ สาย ๕
๘๑ บ.ซิมเมอร์ เมตัสสแตนดาร์ด จำกัด แผนกวิศวกรรม
๘๒ นนส.ปี 27ร.11 รอ.นขต.
๘๓ คุณ สมศักดิ์-คุณสุภาภรณ์ สุวิบาย
๘๔ คุณ วิชัย มงคลชัยชัชวาล บ.ประทานกิจเจริญ
๘๕ รร.การศึกษาคนตาบอด และคนตาบอดพิการซ้ำซ้อน จ.ลพบุรี


โรงงานต้นแบบการวิจัยพัฒนาอาวุธ
ศอว. ศอพท.
ศูนย์อำนวยการสร้างอาวุธ


อ.เกษม-พ.ต.(หญิง) ชุตินะธร จั่นเรือง
ศูนย์อำนวยการสร้างอาวุธ


พ.อ.ธีระพงศ์-พ.ท.หญิง อัจฉรา อุไรเลิศ


พันเอกวฒิสถิต-พันเอกหญิงอภิรดี พ่วงเงิน


นนส. ปี27(รวมเหล่า)และ


โรงงานสร้างปืนใหญ่และเครื่องยิงลูกระเบิด


ข้าราชการและลูกจ้าง กผผ.ศอว.ศอพท.
ศูนย์อำนวยการสร้างอาวุธ

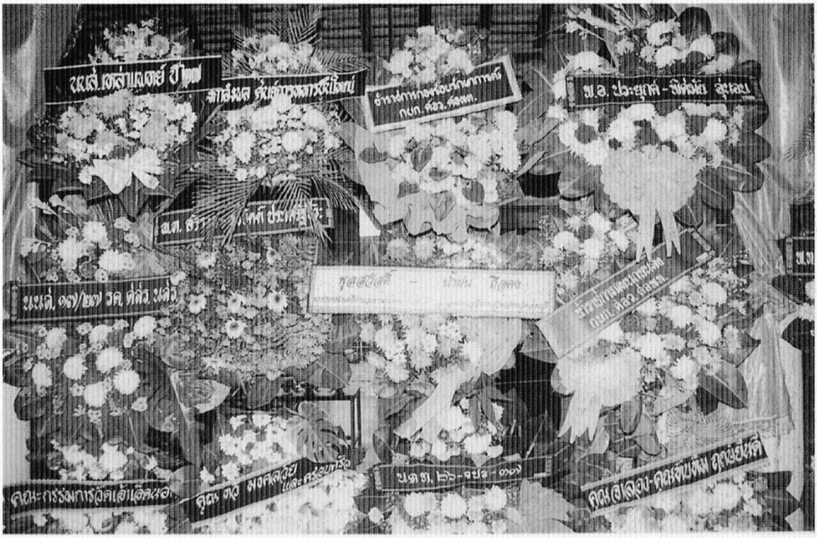







ครอบครัว คล้ายสุบรรณ์
ทรู แอนด์ กูด เจมส์

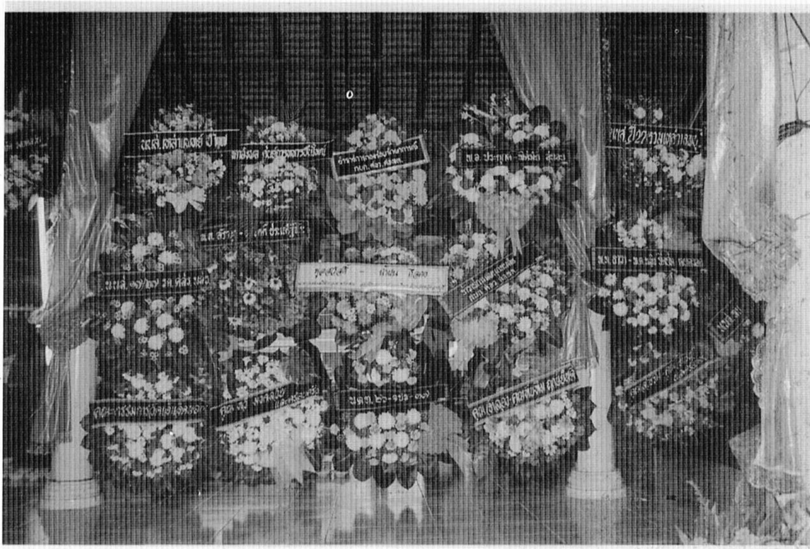


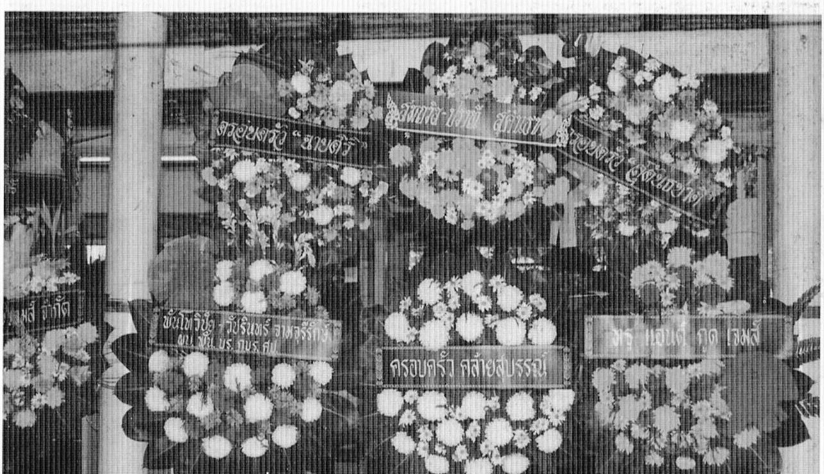



บริษัท วันชัย เจมส์ จำกัด













****

<u>หมายเหตุ</u> หนังสือเล่มนี้ไม่สงวนลิขสิทธิ์ เพื่ออุทิศส่วนกุศล ให้แด่ คุณแม่ สนิท สุคันธชาติ   ผู้วายชนม์.....

พิมพ์ที่ : *บริษัท นิวไทยมิตรการพิมพ์ (1996) จำกัด*
58 ซ.เกษมสันต์ 2 ถ.พระราม 1 วังใหม่ ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
นางสาวเพ็ญจันทร์ เหล่ามรกต ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ.2552

คำขอบพระคุณ

ขอกราบขอบพระคุณต่อท่านผู้มีเกียรติที่เคารพนับถือตลอด จนญาติมิตรทุกท่าน ที่ได้กรุณาให้เกียรติมาร่วม พิธีรดน้ำศพ นำพวงหรีดมาเคารพศพ มาร่วมเป็นเจ้าภาพสวดอภิธรรม และร่วมทำบุญบำเพ็ญกุศล ในการสวดพระอภิธรรม คุณแม่สนิท สุคันธชาติ ระหว่าง **วันที่ ๒๑ มกราคม ถึงวันที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๕๒**

อีกทั้งให้เกียรติสละเวลา มาร่วมงานพระราชทานเพลิงศพ ใน วันที่ **๓๐ เมษายน ๒๕๕๒**

เรารู้สึกซาบซึ้งในน้ำใจและความเมตตา กรุณาของทุกท่าน เป็นอย่างยิ่งขอบุญกุศลทั้งหลาย ที่ท่านได้แสดงไมตรีจิตเมตตา กรุณาต่อครอบครัวของข้าพเจ้า จงส่งผลให้ทุกท่านประสบแต่ความสุข ความเจริญทั่วหน้ากันถ้ามีญาณวิถีใดที่ คุณแม่สนิท สุคันธชาติ ได้ทราบ คงปลื้มปีติในความมีน้ำใจ เมตตากรุณา ของท่านทั้งหลายเป็นอย่างยิ่ง อนึ่งหากมีสิ่งหนึ่งสิ่งใดบกพร่อง ผิดพลาดในพิธีการหรือการรับรองไม่ทั่วถึงประการใด ต้องกราบขออภัยมา ณ โอกาศนี้ด้วย

ขอได้รับความขอบพระคุณ